

YOGA + BREATH WORK

night

**23. FEBRUAR 2024
18.30-20.30 UHR**

Eine Yogapraxis zum Ankommen, Erden und Vorbereiten der Atemmuskulatur, angeleitete Breathwork Session und Endentspannung im nährenden und klärenden Energiefeld.

Mit Daniela (Breathwork und Energiearbeit) und Gabriela (Yoga und Reiki).

CHF 45.00

**Anmeldung an gabriela@yogagarden.ch oder Insta DM [yogagarden.ch](https://www.instagram.com/yogagarden.ch)
(max. 8 Teilnehmer)**