

NUAD-THAI-YOGA

...die heilsame Berührung

www.yogatotalmeins.at

NUAD THAI YOGA ist...

eine Ganzkörperbehandlung von den Zehen bis zum Kopf. Bei mir kannst du dich gemütlich auf meine weiche Matte legen und Körperarbeit passieren lassen.

Dabei werden mittels Daumendruck, Handballen und Ellbogen Energiebahnen bearbeitet, wobei dein Körper sanft gedehnt und mobilisiert wird. Ich bewege dich, wo immer Bewegung passieren darf.

Die perfekte Möglichkeit den Alltag für den Moment zu vergessen, zur Ruhe zu kommen und loszulassen.

"passives Yoga"

Gönn dir was Gutes

**Dauer der Anwendung 60 bis 80 Minuten
EUR 60.– pro Stunde**

Sabine Wimmer

0676 / 53 052 76

sabinewimmer@ymail.com
4451 Garsten

www.yogatotalmeins.at