



Atmest du schon? Wenn ja, wie viel?

In meinen «Atem & Bewegung»
Gruppenstunden begegnest du deinem
Körper auf liebevolle Weise und lernst
dich durch deinen Atem besser kennen.

Wir sind in Bewegung mit sanften
Elementen aus dem Yoga: geschmeidig,
kraftvoll und entspannend.

Ich freue mich auf Dich!
Andrea

Gratis
schnuppern

ab So
30.8.

Melde dich jetzt an

079 958 14 13 oder mail@andreastefanoni.ch