

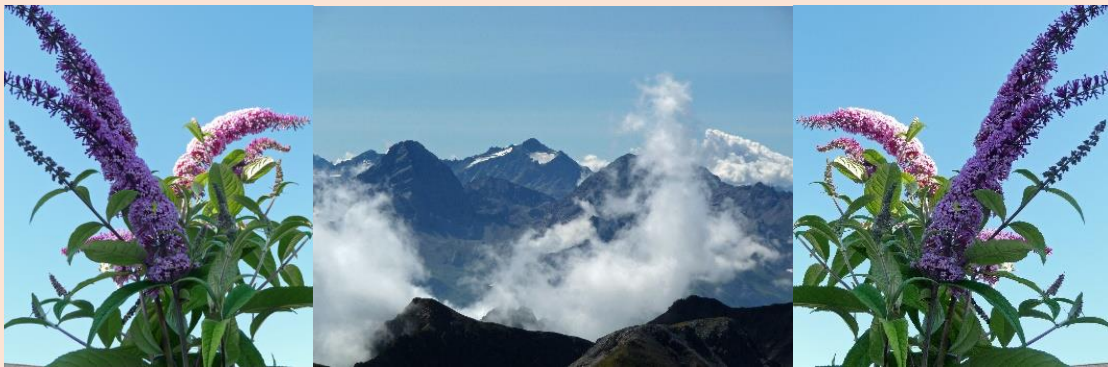
LIV VITAN YOGA-Kurse in Tomils

...Entspannung...

...Gleichgewicht...

...Körperbewusstsein entwickeln...

*durch Körper- und Wahrnehmungsübungen,
Meditation, Gesang*



LIV VITAN YOGA

- **Donnerstagabend von 19 bis 20 Uhr**
- **Montagsmorgen von 9 bis 10 Uhr**
Fr. 15.-, Schnuppern jederzeit möglich

STIMM-YOGA (Atem-Stimme-Klang-Mantra)

- **Freitagmorgen von 9 bis 10 Uhr**
Fr. 15.--, Schnuppern jederzeit möglich

Gruppen für Kinder – ich wohne in meinem Körper

**mittels Körperübungen, Rhythmus und Musik
spielerisch seinen Körper kennenlernen und sich darin zu Hause fühlen
Fr. 75.-- für 6 Übungstreffen inkl. Kartenset mit den durchgeführten Übungen
Termine nach Vereinbarung**

**Informationen/Anmeldung: Doris Hold oder Mirjam Rosner
Telefon 081 / 633 10 94 oder per Mail an contact@liv-vitan.ch
Ort: Tgea LIV VITAN, Dorfstrasse 6, 7418 Tomils**