



*Move. Breathe. Feel.*

**Re Connect**

*Winter  
Special*

**09.12.23**



**YOGA & BREATHWORK**

**WANN** 09.12.23, 11 – 16 Uhr

**WO** blau-wal, Hagenring 90, Braunschweig

## **WAS DICH ERWARTET**

**YOGA** *Schaffe Raum für Atmung*

In den Yogasessions von Denise können sich durch bewusste Bewegung und Atmung Geist und Körper entspannen. Wir schaffen Raum für größeres Atemvolumen.

**BREATHWORK** *Atme dich frei*

Wir atmen tief und kraftvoll im Verbundenen Atem. Diese Reise nach Innen wird von Sabrina angeleitet und begleitet. Durch die Kombination von intensivem Atmen, bewegender Musik und unterstützender Körperarbeit öffnen wir einen erweiterten Bewusstseinsraum, der eine tiefere Verbindung zu dir selbst ermöglicht.

**LIMITIERT** auf max. 7 Plätze

## **INVESTITION IN DICH**

€ 99,- early bird (bis 25.11.23)

€ 120,- regulär

## **ERFAHRE MEHR ÜBER UNS**

Sabrina Asche. [www.feelarious.de](http://www.feelarious.de)

Denise Beerbohm. [www.beeyoga.de](http://www.beeyoga.de)

## **ANMELDUNG**



blau-wal

**BEE.YOGA**

**Feel**<sup>arious</sup>