

Ayurveda und Schlaf



SCHLAF AUS SICHT DES AYURVEDA

Erlebe einen entspannenden Morgen / Erfahre Grundsätzliches zum Thema Schlaf / Erhalte neue Impulse und Anregungen

BASISWISSEN AUS DEM AYURVEDA ZUM THEMA

**EMPFEHLUNGEN AUS DEM AYURVEDA FÜR EINEN
ERHOLSAMEN SCHLAF - MIT PRAKTISCHEM TEIL**

AYURVEDISCHES ZNÜNI

YOGAPRAXIS UND MEDITATION IM SITZEN

mit Barbara Haller Komplementär Therapeutin mit eidg. Diplom
Methode Yoga www.yoga-langnau.ch

Datum/Zeit: Samstag, 19. Oktober 2019 10.00 bis 13.00 Uhr

Ort: Praxisraum Bernstrasse 13 3550 Langnau i.E.

Kosten: 70.00 CHF – bitte in bar mitbringen

Mitnehmen: Bequeme Kleidung, warme Socken

Anmeldung: Andrea Bhend 076 440 65 23 | avbhend@sunrise.ch
Pflegefachfrau HF, KomplementärTherapeutin OdA KT
Methode Ayurveda www.ayurveda-emmental.ch

Ich freue mich auf Dich!