

NATÜRLICHE BALANCE

Wie wir mit Ayurveda und
Yoga gesund durch die
Wechseljahre kommen

AYURVEDA & YOGA in der Perimenopause/Wechseljahre

Sonntag 11.10.26

14:30-18:30

TVL-Gym

mit Anke

Anmeldung über Spond: EIPYD

Inhalte:

- *Ayurveda u. wissenschaftliche Theorie über die Wechseljahre
- *Ayurvedische Hilfsmittel & Behandlungen
- *Yogaübungen, Meditationen und Atemübungen



30 € für Mitglieder

50€ für Nichtmitglieder

WWW.TV-LOKSTEDT.DE INFO@TV-LOKSTEDT.DE