

Der Yoga-Workshop rückt einen oft vergessenen Teil unseres Körpers in den Mittelpunkt: Die Füße.

Sie sind unser Fundament, wichtigstes Transportmittel und Hauptkontakt zur Erde.

Wir hören im Workshop interessante Infos zu ihrem Aufbau und üben viele Haltungen und Flows, um ihre Stabilität und Beweglichkeit zu fördern.

Anfänger, Fortgeschrittene und Neugierige sind herzlich willkommen.



**Datum:** Freitag, 8. Dezember 2017

**Uhrzeit:** 18.30 – 20.00

**Ort:** Malayoga, Gotthardstr. 32, Thalwil

**Anmeldung:** Per Email an [vero5keil@gmail.com](mailto:vero5keil@gmail.com) oder über [www.malayoga.ch/workshops](http://www.malayoga.ch/workshops)

**Kosten:** 30 CHF

**Kontakt:** Vero Keil  
Email: [vero5keil@gmail.com](mailto:vero5keil@gmail.com)  
Mobile: 078 856 6001

