



Mantra Nachmittag im Advent mit Nadya Jenal & Maya Keller



Mantras sind „Klangkörper“ mit einer tiefen Kraft. Beim Singen werden Glückshormone ausgeschüttet, die Atmung reguliert sich und der Körper kommt in einen entspannten Zustand.

Mantras findet man auf der ganzen Welt, als Kraftlieder, Trostlieder und Wiegenlieder.

im **ZEITRAUM Wädenswil**

14. Dezember 2024

16:00-18:00 Uhr

Yoga mit Carolina 14:30-15:30 Uhr

Anmeldung bis 8.12.2024

Mail: info@zeitraum-waedenswil.ch

Ort: Reblaubenweg 2, 8820 Wädenswil

Kosten: Mantra Singen CHF 40.00 cash oder Twint 076 332 80 66
Mit Yoga CHF 70.00 dito

