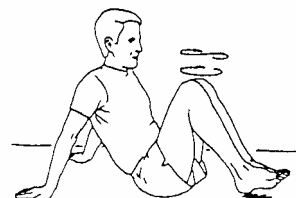
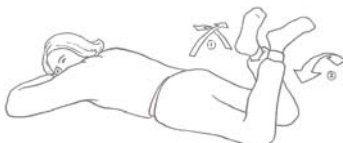




Jacqueline Schweizer

Polarity Therapie

Einfach mehr Energie !



Polarity – Körperübungen (Yoga)

Für einen harmonischen und freien Energiefluss

Einfache und gezielte Energie-Übungen helfen dem Körper für

Entspannung, freiere Beweglichkeit, bessere Wahrnehmung, Stress-Abbau, Spass am Bewegen, mehr Elastizität des Körpers, Gewebe straffen, gesteigerte Vitalität und verbessertes Wohlbefinden.

Unterstützt die Funktion der Organe, fördert Ausscheidung und Verdauung.

Mit sanften Körper- und Dehnungsübungen fliesst der Atem in eingeschränkte Bereiche des Körpers und hilft so Verspannungen abzubauen. Die Körperwahrnehmung wird verfeinert. Körper, Geist und Seele sind belebt und fördern das gesamte Wohlbefinden.

TeilnehmerInnen: Kleingruppen, bitte um Anmeldung da Platzzahl beschränkt

Daten: **Montag-Abend von 19.00 – 20.00 Uhr**, fortlaufend
Aktuelle Daten auf Anfrage

Kurs Ort: Aeschenvorstadt 24, 4051 Basel (4. Stock links)

Mitnehmen: locker, bequeme Kleidung

Preis: Einzelstunde Fr. 25.-- / 6-er Abo Fr. 135.--

Anmeldung: Bis 4 Tage vor Kurs-Abend mit untenstehendem Talon an
(Jacqueline Schweizer, Steinengraben 8, 4051 Basel) oder
telephonisch unter 061 / 272 41 47

Anmeldung ✂
Polarity-Yoga

➤ Datum: 1. Stunde _____
Tag / Monat / Jahr

Name/Vorname _____

Adresse _____

Telephon _____

Datum _____ Unterschrift _____