



Neues Firmen
Angebot:

YOGA AM Schreibtisch - Homeoffice & Büro -

Online via ZOOM

Phone : 017664985291

sindy-onlineyoga@web.de

www.sindykausche.de

Energie & Konzentration durch:

- Mobilisierung, Dehnung, Kräftigung von:
Schultern & Nacken, Gelenken,
Rücken und Wirbelsäule
- Augenübungen
- Atemübungen und Kurzmeditationen

**Die Yogaeinheiten werden
je nach Bedarf
zwischen 30-60 Minuten
auf dem Stuhl und im Stand praktiziert.
Termine nach Absprache!**
