

LU JONG – Tibetisches Heilyoga nach Tulku Lobsang

Sommer-Yoga-Flow

Lust auf Yoga in der Natur?

Möchtest Du diesen Sommer einfach in Leichtigkeit und Lebensfreude geniessen und Deine Kräfte wieder ganz auftanken? Dann komm mit auf die Yoga-Matte unter freiem Himmel. Eine sanft fließende Bewegungs-Praxis voller Licht, Wärme und Lebensenergie erwartet Dich.

Termine

LU JONG YOGA

| | |
|--------------------|-------------------|
| Mittwoch, 06. Juli | 18.00 – 19.00 Uhr |
| Dienstag, 12. Juli | 18.00 – 19.00 Uhr |
| Mittwoch, 20. Juli | 18.00 – 19.00 Uhr |
| Dienstag, 26. Juli | 18.00 – 19.00 Uhr |

TSA LUNG YOGA + MEDITATION

| | |
|--------------------|-------------------|
| Mittwoch, 20. Juli | 19.30 – 20.30 Uhr |
|--------------------|-------------------|

Kursort:

Belair-Park, Sonnenburggutstrasse, direkt hinter der Jugendherberge, Schaffhausen

Anmeldung:

- ☎ 052 620 33 53
- ✉ marianna.neidhart@bluewin.ch
- 🖱 tibetmedizin.ch

Sommer-Spezial-Angebot

- Abo für alle vier Termine: CHF 80.-, **Lehrlinge/Studenten CHF 20.- Rabatt**
- Einzelpreis: CHF 28.-, **Lehrlinge/Studenten CHF 5.- Rabatt**
- Am Mittwoch 20.07. offeriere ich zusätzlich für alle, die mögen, einen Einblick in die vertiefende Yoga-Praxis TSA LUNG MIT MEDITATION
- Bei starkem Regen fällt das Yoga aus. Mit Abo kannst Du eine ausgefallene Lektion im regulären Indoor-Unterricht nachholen

Marianna Neidhart

Fachfrau für Tibetisches Heilyoga
und Tibetische Medizin



Weitere Angebote für Körper, Geist und Seele

- Yoga-Unterricht: LU JONG und TSA LUNG mit Meditation
- Fünf-Tibeter-Workshops
- Tibetische Entspannungs- und Energiemassage (Kum Nye)
- Ernährungs- und Gesundheits-Coaching
- Gesundheitspaket: Immunsystem und Resilienz ganzheitlich stärken
- Sanfte Reinigungskur für Körper und Geist

Naturheilpraxis für Tibetische Medizin

Furkastrasse 17
8203 Schaffhausen
052 620 33 53
tibetmedizin.ch