

En dag med Ayurvedisk matlagningsglädje, yoga, meditation och Helande Rörelse.



I Levaverkstan Möjligheternas Rum i Mellbystrand

15/4 10.00 - 19.30

Välkommen till en dag där du lever genom hela din kropp och alla dina sinnen.



Upplev yoga, inspireras, njut och lär dig om ayurvedisk matlagning, känn in din inre frid och närvaro med meditation och mindfulness. Dansa dig fri med helande rörelse. Medtag kläder efter väder, liggunderlag och filt.

Ring 0430-28488 innan den 10/4 och boka din plats



Kostnad 800:-

Yoga & Hälsoglädje



Anandayoj Keramik