

Thai-Yoga-Massage-Workshops – Frühjahr 2023

wir erlernen und üben gemeinsam Techniken und Sequenzen aus der Thai-Yoga-Massage und verbinden Akupressur mit mobilisierenden Massagen und Einflüssen aus weiteren Formen der Körperarbeit. Massiert wird dabei auf Bodenmatten in gemütlicher Bekleidung. Die Workshops können als gesamte Serie, aber auch einzeln besucht werden. Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Workshop I – Rückenmassage und leichte Dehnungen

Mittwoch, **12.04.** um **18 – 19:30 Uhr**

Workshop II – „Beinarbeit“ und Beckenmobi

Mittwoch, **26.04.** um **18 – 19:30 Uhr**

Workshop III – Hände und Schultergürtel

Mittwoch, **17.05.** um **18 – 19:30 Uhr**

Kosten: nach Selbsteinschätzung/Spendenbasis
von 5 – 20 € / Person

weitere Informationen und Anmeldung über:



plexus pi – Praxis für Physiotherapie

Kronenstraße 45, S-Mitte

www.plexus-pi.de

