



Workshop: **Yin Yoga & Klang** **mit Anja & Anja**



**„Jeden Tag achte auf die Melodie des Lebens, die in dir schwingt“
(Buddha)**

Yin Yoga und Klang ist eine wunderbare Verbindung, um den Körper und Geist zu entspannen und zur Ruhe zu kommen. Tauche ein in deinen inneren Raum der Harmonie und Ruhe, der Wärme und Geborgenheit. Sanfte und entspannende Yin Yoga Haltungen, getragen durch den sanften Klang der Klangschalen, eröffnen diesen Nachmittag – Stille kehrt ein. Du kommst in Kontakt mit deinem ganz eigenen, inneren Klang, mit deiner eigenen Melodie.

Eine geführte Klangmeditation mit Klangschalen, die deine Lebensenergie und deinen Körper zum Schwingen bringen, bildet den Abschluss des Nachmittags. Ein Geschenk für dich selbst!

Samstag, 20. September 2025

14.00 bis 16.00 Uhr

- ✓ Wo: Yogaraum von Birgit Neuenfeldt, Oberstraße 71, Ndk. Rheidt
- ✓ Investition für dich: 40 Euro
- ✓ Anmeldung an Anja Wald: anja@yin-leben.de / 0176 – 63024283
- ✓ Die Teilnehmerzahl ist hier auf 7 begrenzt – melde dich schnell an.

Wir freuen uns auf dich und auf dieses neue Angebot! Anja & Anja

Wer sind wir?

Anja Wald, Yin Yoga Lehrerin. Ich leite dich in und durch die Yin Yoga Haltungen. Anja Schäfer, XXXX. Ich schlage die Klangschalen und leite dich durch die Klangmeditation.