

Passive Yoga

Yogatherapie

Mit gezielten Massagetechniken wird die Muskulatur gedehnt, die Gelenke mobilisiert und geöffnet, Energieblockaden gelöst und Energieflüsse harmonisiert.

Passive Yoga ist hilfreich gegen Stress, löst Verspannungen, macht beweglicher und vermittelt ein neues Körpergefühl.

Die Kombination aus passiv ausgeführten Yoga-Asanas, Elementen des Shiatsu (Druckpunktmassage), der Thai Massage und des Ayurveda schenken Wohlbefinden auf körperlicher, geistiger und emotionaler Ebene.

Dauer: 1-2 Stunden

(als Teil- oder Ganzkörpermassage möglich)

Preise: Fr. 90.- pro Stunde

Im Yogastudio "Kia Ora Yoga" in Euthal oder bei Ihnen zu Hause (der Anfahrtsweg wird separat berechnet)

Passive Yoga wird voll bekleidet auf einer Massagematte auf dem Boden ausgeführt.

Irene Mächler

Kia Ora Yoga

Sunnhaldenstrasse 1

8844 Euthal

079 / 403 83 30

www.kia-ora-yoga.ch

yoga@kia-ora-yoga.ch



Kia Ora Yoga