



Martina Keller

Yoga – Thai Yoga Massage

Yoga i dä Badi Hinwil

Sunset Yoga

ist eine wunderbare Möglichkeit, den Tag entspannt ausklingen zu lassen.

Während die Sonne untergeht, umgibt dich das warme Licht und schafft eine friedliche Atmosphäre. Fließende und statisch gehaltenen Asanas mit einer abschließenden Entspannung, bilden eine wohltuende Einheit. Geist und Körper kommen zur Ruhe.

Montag, jeweils 18:15 Uhr, 50 Minuten
8. / 15. / 22. / 30. Juni / 6. Juli



After Swim Yoga

ist eine Möglichkeit den Körper zu harmonisieren.

Durch sanfte Bewegungen und Dehnübungen lösen wir Verspannungen und lassen die Yogalektion mit einer Entspannung ausklingen.

Dienstags, jeweils 10:15 Uhr, 50 Minuten
9. / 16. / 23. / 30. Juni / 7. Juli

Ort	Badi Hinwil, auf der Wiese hinter dem Gebäude beim Schwimmbecken.
Kosten	Fr. 20.00 in bar
Anmeldung	079 657 22 22 / info@martinakeller.ch
Teilnahme	Alle sind herzlich willkommen. Die Stunden sind einzeln buchbar.

Interessierst du dich für das Yoga in der Badi?

Schreib mir eine Nachricht und ich nehme dich in eine WhatsApp-Gruppe auf. Dort wird ausschliesslich die Durchführung, wetterbedingt, kommuniziert. Lektionen finden ab 3 Teilnehmer:innen statt. Matten sind vorhanden oder du bringst deine eigene mit.

Ich freu mich auf dich!
Herzlich Martina