



# PRIVAT

**Ett glimrande hälsopaket:**

**4 Tillfällen**

**Investering: 2200:- 60 minuter**  
**Gäller under januari, februari, mars**  
**Endast dagtid**

Precis som du går till frisören, kanske på massage, ansiktsbehandling, till tandläkaren eller besiktar bilen behöver vi kontinuerligt ta hand om vårt inre och våra andetag.

Yogastunden är en magisk kombination med många kraftfulla verktyg för att minimera stress, finna större närvaro och bättre fokus.

Men också en ödmjukare inställning till sig själv och allt som kallas livet för att må våra bästa liv. Det är en fin möjlighet att yoga privat för att få igång sin egna praktisering lättare eller bara få en stund som innehåller det som du önskar utveckla eller fokusera på utifrån rörelse, återhämtning, meditation & andning.

En fin och viktig stund bort från den yttre världen för att stärka, läka och finna kraft och energin tillbaka.

**Maila mig om du har några funderingar eller för att boka tid:**

**[info@shriyoga.se](mailto:info@shriyoga.se)**

**Yoga kram Magdalena**