



Yoga und Kraftsteine

Sonntag, 15. November 2026

17.00 bis 18.15 Uhr

**Ein Workshop für mehr
Vertrauen - Loslassen - innere Balance**



In dieser Stunde verbinden wir sanfte Yoga-Bewegungen mit der feinen Energie von Heilsteinen.

Du wählst intuitiv deinen persönlichen Stein als Begleiter durch die Praxis. Gemeinsam tauchen wir ein in einen ruhigen Flow, der dich dabei unterstützt, Spannungen loszulassen und wieder mehr bei dir anzukommen.

Leitung: Regula Reist

Kosten: Fr. 32.00

Anmeldungen per WhatsApp an +41 76 593 09 59
oder per Mail an info@ardna.ch
Die Platzzahl ist beschränkt.
