



**Kennst du es, dass du kurz nach dem Urlaub schon wieder urlaubsreif bist?**

**Kennst du es, dass die Wirkung der Yoga-Stunde schon nach 1 Stunde kaum noch spürbar ist?**

**Kennst du es, dass dich Kleinigkeiten aus deiner Mitte und deiner Gelassenheit reißen?**

Dafür haben wir unsere Schweinehund-Partys entwickelt, die dabei helfen, dass der Urlaub, die Yoga-Stunde oder die Idylle des Gartens wieder Langzeitwirkung haben.

### **Die nächsten Termine**

28.08.2019, 19 Uhr

25.09.2019, 19 Uhr

23.10.2019, 19 Uhr

27.11.2019, 19 Uhr

### **Wo?**

Eidelstedter Bürgerhaus (Raum Club – im Erdgeschoß links)

Alte Elbgaustraße 12, 22523 Hamburg-Eidelstedt

### **Anmeldung bei**

Gudrun Dara Müller, Tel. 040 / 87 60 15 31, [info@selbstheilungsberatung.de](mailto:info@selbstheilungsberatung.de)

Janina Witt, Tel. 01575 / 57 77 598, [mail@yogafeejaninawitt.de](mailto:mail@yogafeejaninawitt.de)