



# YOGA

Aus der Stille in die Kraft  
Yoga in kleinen Gruppen –  
persönlich, achtsam, effektiv

Yoga, um deinen Geist und Körper zur Ruhe zu bringen und zu stärken

- Individuelle Betreuung in Gruppen bis max. 6 Personen
- Ganzheitlicher Ansatz mit Fokus auf Körperbewusstsein, Atmung und seelischem Wohl
- Entspannte Atmosphäre mit viel Raum zur Entfaltung
- Lehrerin mit langjähriger Praxis- und Lehrerfahrung, ärztlich geprüft
- Probestunde möglich – komm vorbei und spüre den Unterschied

Natascha Henderson  
01523 1960786  
[natascha.henderson@web.de](mailto:natascha.henderson@web.de)  
Praxis Gesund & Munter Naturheilkunde  
Schießstättstraße 12,  
82544 Egling