



Monika Bucher

Willimatt 1 6277 Kleinwangen 078 923 11 06 www.monikabucher.ch

Entspannen Wohlfühlen Glücklich sein

Lu Jong

Das Gesundheitsgeheimnis der tibetischen Mönche

Tibetischen Yoga-Übungen für die eigene Gesundheit
und die Kraft der tibetischen Meditation in der Tiefe erfahren.

- ♥ Körperliche und spirituelle Praxis vereint
- ♥ Selbstheilungskräfte werden aktiviert
- ♥ Der Verstand wird ruhig und klar
- ♥ Der Energiepegel steigt
- ♥ Geeignet für jeden, unabhängig von Alter und Fitnesslevel
- ♥ Wenig Zeitaufwand – grosse Wirkung!

Wann:	Nach Absprache
Wo:	Nach Absprache
Kosten:	Fr. 20.--/Stunde in Gruppen Fr. 120.—in Einzellektion