



Martina Keller

Yoga – Thai Yoga Massage

# Yoga i dä Badi Hinwil

## Sunset Yoga

ist eine wunderbare Möglichkeit, den Tag entspannt ausklingen zu lassen.

Während die Sonne untergeht, umgibt dich das warme Licht und schafft eine friedliche Atmosphäre. Fließende und statisch gehalten Asanas mit einer abschließenden Entspannung, bilden eine wohltuende Einheit. Geist und Körper kommen zur Ruhe.

Montag, jeweils 18:15 Uhr, 50 Minuten  
8. / 15. / 22. / 30. Juni / 6. Juli



## After Swim Yoga

ist eine Möglichkeit den Körper zu harmonisieren.

Durch sanfte Bewegungen und Dehnübungen lösen wir Verspannungen und lassen die Yogalektion mit einer Entspannung ausklingen.

Dienstags, jeweils 10:15 Uhr, 50 Minuten  
9. / 16. / 23. / 30. Juni / 7. Juli

<b>Ort</b>	Badi Hinwil, auf der Wiese hinter dem Gebäude beim Schwimmbecken.
<b>Kosten</b>	Fr. 20.00 in bar
<b>Anmeldung</b>	079 657 22 22 / <a href="mailto:info@martinakeller.ch">info@martinakeller.ch</a>
<b>Teilnahme</b>	Alle sind herzlich willkommen. Die Stunden sind einzeln buchbar.

Interessierst du dich für das Yoga in der Badi?

Schreib mir eine Nachricht und ich nehme dich in eine WhatsApp-Gruppe auf. Dort wird ausschliesslich die Durchführung, wetterbedingt, kommuniziert. Lektionen finden ab 3 Teilnehmer:innen statt. Matten sind vorhanden oder du bringst deine eigene mit.

Ich freu mich auf dich!  
Herzlich Martina