

# NEUJAHR'S

# Yoga & Kakao

Wann?

Sonntag, 5. Januar 2025  
9.30 - 11.30 Uhr

Wo?

Bewegungsräume Alegria  
Küttigerstrasse 42  
5000 Aarau

Anmeldung bei Isabel



079 890 00 82



isabelebt@hotmail.com



## Programm für deinen sanften Start ins neue Jahr:

- Ab 9:00 Uhr: Eintreffen und Ankommen
- Ab 9:15 Uhr: Zeit, deinen Platz einzurichten
- 9:30 Uhr: Sanfte Yogapraxis zum Einstieg
- Integriert in die Praxis: Kakaoritual – spüre die Kraft des Kakaos
- Abschluss: Tiefenentspannung mit Yoga Nidra, begleitet von der beruhigenden Handpan-Musik

**Ein Morgen voller Ruhe, Energie und Verbindung.**

Kosten für dein Yoga mit Kakaoritual

- Frühbucher-Preis: CHF 55.- (bei Anmeldung bis Ende 2024)
- Regulärer Preis: CHF 69.-

Melde dich frühzeitig an und sichere dir deine Wohlfühl-Auszeit.

**Ich freue mich auf dich!**