

# Thai Yoga – Körper und Seele berühren

## Ein Paar-Workshop mit Ingrid Behr

Liebe Mitglieder,

Thai Yoga – oder Yoga des „Loslassens“, hat das Ziel, mit bestimmten Massagetechniken, Körper und Seele zu berühren.

Daher bittet Ingrid, sich immer zu zweit anzumelden!

Bekannte Positionen aus dem Yoga werden neu und völlig entspannt erfahren.

Nahezu alle Gelenke werden passiv bewegt und mobilisiert. Atmung, Lymphsystem und Durchblutung werden positiv beeinflusst.

Die Massage findet ohne Öl am Boden statt und ist auch für Einsteiger geeignet.

Ingrid stellt zwei Termine zur Auswahl. Der Termin, zu dem sich die meisten Teilnehmer verbindlich anmelden, wird der Workshoptermin.

Voraussichtlich geht der Workshop über 2-3 Stunden, wenn gewünscht danach noch mit geselligem Beisammensein.

Mindestteilnehmerzahl sind 4 Paare, die Anzahl der Teilnehmer ist auf 8 Paare begrenzt.

**Auswahltermine:** 07.10.2017 oder 14.10.2017

**Ort:** Turnhalle Kornelimünsterweg 60, 52066 Aachen

**Beginn des Workshops:** 15.00 Uhr

**Kursleitung:** Ingrid Behr

Verbindliche Anmeldung am liebsten per eMail :

ingrid-behr@gmx.de  
oder info@atv1847.de

oder telefonisch bei Ingrid Behr :

0170 3510703

**Kursgebühr einmalig pro Paar: 45,- Euro  
für ATV Mitglieder und Nichtmitglieder**

