



Lu Jong Tibetisches YOGA



Lu Jong. Die älteste tibetische Bewegungslehre zur Heilung von Körper und Geist.

Eine Praxis die ihr Leben verändern kann

Lu Jong hilft bei Rückenschmerzen, Rheuma, Kopfschmerzen, Verdauungsstörungen, innerer Unruhe, Schlafstörungen, bringt Körper und Geist in Einklang. Reduziert Stress.

Basierend auf der traditionellen tibetischen Medizin, können wir unsere Selbstheilungskräfte aktivieren, uns von negativen Gefühlen befreien und unsere Körperenergie steigern.

Lu Jong ist für alle Altersgruppen geeignet.

Mittwoch:	19.30 h – 21.00 h
Ort:	Tumigerstrasse 71 8606 Greifensee
Preis:	10er Abo Fr. 300.00
Kursleiterin:	Ida Caruso
Anmeldung:	Ida@core-praxis.ch Tel: 044 202 19 64 www.core-praxis.ch