

# LACHESIS e.V.

Verein von Frauen zur  
Förderung der Naturheilkunde



Berufsverband für  
Heilpraktikerinnen  
**LACHESIS**

**Freitag,  
08.01.2021  
19 - 20.30 Uhr  
Online (Zoom)**

## **ENTSPANNT INS NEUE JAHR 90 MINUTEN YOGA MIT MAUD**

Kostenlose Online-Fortbildung mit  
Maud Haeusler-Freygang, HP und LACHESIS-Mitfrau



Foto: Silke Willers

Das Seminar richtet sich an alle Mitfrauen, die Lust haben, sich auf eine ruhige und entspannte Weise zu bewegen.

Bewegung ist der rote Faden, der sich durch mein Leben zieht! In meiner Art Yoga zu unterrichten finden sich die eigenen Erfahrungen aus über 50 Jahren aktiver Körperarbeit wieder. Ich orientiere mich an der Lehre des Shivananda Yoga und Impulsen des Yin Yoga, lasse aber auch Elemente des Tai Chi Chuan, der Feldenkraislehre sowie Aspekte des Modernen Tanzes in meine Stunden mit einfließen. Das Erlangen von Entspannung und Wohlfühl, die Stärkung und der Erhalt von Gesundheit und Lebensfreude liegen mir dabei besonders am Herzen.

Du brauchst nicht: Yogavorkenntnisse

Du brauchst:

- eine weiche Unterlage - Übungsmatte oder einen weichen Teppich
- ein Meditationskissen oder eine gerollte Decke
- bequeme Kleidung

Du solltest direkt vor der Stunde nichts gegessen haben und dich körperlich gesund und wohl fühlen!

### **Anmeldeschluss:**

**08.01.2021  
um 18 Uhr  
(eine Stunde  
vor Beginn)**

### **Organisatorisches:**

**Kostenfreies Angebot an alle LACHESIS-Mitfrauen.  
Die Anmeldung ist bis eine Stunde vor Seminarbeginn  
möglich. Anmeldung an: [info@heilpraxis-maud.de](mailto:info@heilpraxis-maud.de)**

**Siehe auch:**

[www.agb.lachesis.de](http://www.agb.lachesis.de)

[www.datenschutz.lachesis.de](http://www.datenschutz.lachesis.de)



[www.lachesis.de](http://www.lachesis.de)

### **Anmeldung/Information:**

**Maud Haeusler-Freygang**

Seestrass 7

15755 Teupitz OT Tornow

Tel. 033766-21424

[info@heilpraxis-maud.de](mailto:info@heilpraxis-maud.de)