



Liebe Gäste auf der Musikinsel in Rheinau

Gerne biete ich Ihnen Hatha-Yoga an, im neu renovierten, altehrwürdigen Eckzimmer auf der Musikinsel in Rheinau.

Körperübungen, Atemtechnik, Konzentration und Meditation sowie Yoga Nidra gehören zu einer Lektion. Dies hilft für die Beweglichkeit, zu entspannen und zugleich energievoller durchs Leben zu gehen.



Neben dem Kursangebot für die Region Rheinau (Nachbarland Deutschland, Schaffhausen und das Weinland) biete ich Ihnen speziell für Sie zugeschnittene Kurse an, ob Gruppen- oder Einzelkursion.

Bei Interesse nehmen Sie bitte mit mir Kontakt auf, damit ich Ihrem Wunsch oder Ihrer Vorstellung entsprechend einen Yoga -Kurs planen und erteilen könnte.

Ich freue mich darauf.

Herzlichst

Lilian Eigenheer-Cantieni
Dipl. Yogalehrerin YCH/EYU

Kontaktdaten:

Mail: _eigenheer@bluewin.ch oder el-yoga@bluewin.ch

Telefon: +41 52 301 41 80

Adresse: Rafzerweg 1, CH-8462 Rheinau

H-Page: www.el-yoga.ch

YCH Yoga Schweiz
EYU Europäische Yoga - Union

