

# Erschöpft?



## Body & Mind Relaxation

**Das völlig neuartige Konzept  
"Body & Mind Relaxation" hat ihre  
körperliche und geistige Regeneration  
und eine tiefe Entspannung zum Ziel.**

Ein Kurs ohne neue Verpflichtungen!

Ideal auch mit Partner, Freund o. Freundin.

**Verschiedene Kurs Elemente tragen dazu bei,  
schnell ihre innere Ruhe und Ausgeglichenheit  
wieder zu finden:**

- ➔ Atem- u. Entspannungstechniken
- Meditationsübungen
- Lockerungsübungen
- Massagekniffe & Akupressur
- Energetisierende Übungen
- Tiefenentspannung
- Meditativer "Live Gong"

**Erfahren sie Linderung bei körperlichen  
Schmerzen. Lernen sie mit diesen einfachen  
Techniken ihren Alltag loszulassen, dem  
unaufhörlichen Denken Einhalt zu gebieten.  
Beugen sie bereits bei den ersten BurnOut  
Symptomen gezielt einer schwereren  
gesundheitlichen Verschlechterung vor.**



*Termin: Do. 18 Uhr  
sowie weitere auf Anfrage*

➔ 06071. 605 977

Mit unserem Stempel gültig als Geschenkgutschein für...

Body & Mind Relaxation Dieburg - Lagerstr.11

[www.yogi-yogini.de](http://www.yogi-yogini.de)

