



# Sabina Surya Neff

Heil- und Massagepraxis

## Yoga Anfängerkurs

Einführung in Atemtechniken, Körperhaltungen und Meditation

**ab 6. Januar 2021**

**8 x mittwochs von 08:30 – 9:45 Uhr**

6.1./13.1./20.1./27.1./3.2./24.2./3.3./10.3.

(ab 17.3. wird die Yogastunde weiterlaufen - 10er Abo CHF 240)

**CHF 192**

## Faszien-Training

Theorie und Praxis zu diesem spannenden und wichtigen Körpergewebe

**ab 6. Januar 2021**

**mittwochs von 10:30 – 11:30 Uhr**

**10er Abo CHF 200**

Benötigtes Material: FaszienTrainingsSet 'Start' von Liebscher&Bracht für CHF 87  
zu bestellen bei Faszien-Shop.ch - mit dem Gutscheincode 5-%-5367  
erhältst du 5% auf deinen ersten Einkauf.

Gesundheits- und Yogazentrum Warthmühle, Mühleweg 1, Neftenbach  
Info und Anmeldung unter: [sabina.neff@yahoo.com](mailto:sabina.neff@yahoo.com), 076/343 6331 [www.sabinaneff.ch](http://www.sabinaneff.ch)