



GUDRUNINREITER

Schamanische Energiearbeit . Luna Yoga

Luna Yoga und die Schulter

Schultern brauchen Beweglichkeit in vollem Ausmaß um Alltagsarbeit erledigen zu können. Einseitige Bewegung oder zu wenig Bewegung führen zu einseitigen Verspannungen, Immobilität und Schmerzen.

In diesem Workshop kräftigen, dehnen, bewegen wir all die Muskeln und Gelenke, die mit dem Schultergürtel in Verbindung stehen und schöpfen den vollen Bewegungsradius der Schulter aus.

Termine und Ort siehe www.gudruninreiter.com

Mag. Gudrun Inreiter . Eichstraße 14 . 5023 Salzburg . 0043 (0)699/81 82 58 53 . g.inreiter@aon.at

