



## ***GOD MORGON - YogaQigong***

Starta dagen med en skön stund, landa in i dig själv och ge dagen bästa förutsättningar.

Vi gör sköna övningar för att väcka kropp och sinne, tillsammans det upplyftande Qigongprogrammet Lyft Upp Qi och avslutar i reflekterande närvaro.

Plats Shunya Inspiration, Drottninggatan 21

Du behöver ta med egen yogamatta / filt.

*Alla är välkomna till en bra start på dagen* 🌸

**Torsdagar, kl 06.45 - 07.30**

5 tillfällen: 25/3, 1/4, 8/4, 15/4, 22/4,

Investering: 120:- / tillfälle,  
du väljer vilka tillfällen som passar dig.

**Anmälan/Info:** mail till: [tomas@shunya.se](mailto:tomas@shunya.se)  
eller sms: 070-21 42 166

Under rådande omständigheter är det begränsat antal platser i kursrummet med **max 7 st deltagare**,  
-föranmälan är viktig för att säkra din plats.

*Varmt välkommen / mvh Tomas Vesterbacka*  
[www.shunya.se](http://www.shunya.se)