



Yoga, Network Spinal Analysis und Ayurveda-Kochkurs

Wann: Samstag, 15. Januar 2022

Wo: Chiropraktik Bad Ragaz, Floraweg 7

Zeit: 08:30 Uhr bis ca. 13:30 Uhr

Kosten: CHF 150.00 in bar

Interessenten haben 2 Möglichkeiten:

Variante 1

60 Minuten Hatha Yoga mit Katerina, anschliessend Teepause
Danach 50 Minuten Spinal Network (energetische Gruppenbehandlung)
mit Dr. Roy Bösiger

Variante 2

Kochen eines 5-Gang-Ayurveda-Menüs plus Apero unter der fachmännischen
Anleitung von Gerd.
Nach dem Mittagessen 50 Minuten Spinal Network mit Dr. Roy Bösiger.

12:00 Uhr gemeinsames Mittagessen für alle.
Ayurvedische Küche, 5-Gang-Menü mit Ingwer-Orangen Apero

Info Link zu Gerd Nägele: www.yogavital.ch

Anmeldung und Infos bei Chiropraktik Bad Ragaz
081 302 87 00; www.chiro-badragaz.ch