



Coach für Lebensfreude und innere Stärke

Sylvia Herwig
Klauerstraße 8d
60433 Frankfurt am Main
Tel. 069/516653
eMail: Sylvia_Herwig@t-online.de
www.SylviaHerwig.de

Yoga zum Entschlacken und für mentales Entgiften

Genieße danach Dein Leuchten, das von innen kommt....

Lust auf Reinigung für Körper, Geist und Seele?

Es erwarten Dich kraftvoll klärende Yoga-Übungen, aktivierend-anregende Atemübungen und Meditationen für eine starke Aura. Du kannst hier sanft und nachhaltig angesammelten Ballast aus Deinen Zellen & Gedanken lösen. Befreie Dich von Trägheit sowie Überholtem und finde zurück zu Deinen in Dir innewohnende Kräften. Bringe Deine Lebensenergie zum Fließen. ☺

Aus dem Inhalt

- Yoga-Übungen zum Entgiften für Lunge, Leber, Darm, Niere und Haut
- Stoffwechselaktivierende Yoga-Übungen
- Agni – Dein Verdauungsfeuer stärken
- Meditationen für eine starke Aura/Ausstrahlung
- Wissen über die yogische grüne Diät sowie Basenfasten