

# Yoga Vayu



## Yoga med Familjen

### Söndagen den 31 mars

Kom och ha roligt tillsammans med dina barn genom att aktivera hela familjen med yogarörelser och balanspositioner. Ni kommer även att få prova på att hålla fokus, andas, korta meditationer och att slappna av.

YogaVayu inspirerar till nuet och skapar livsglädje

**Dag & tid: söndagen den 31 mars kl. 10.00 – 11:00**

**Plats: YogaVayu, Nordmarsvägen 3, Farsta Strand**

**Pris: 200 kr för en vuxen inklusive två barn. (barn upp till 11 år)**

**Ledare: Karolina Palmberg, Yoga instruktör barn och vuxen**

Max 10 vuxna. 1-2 barn per vuxen. Skriv gärna in i noteringar 1-2 barn.

Anmälan är bindande och sker via "Boka tid" knappen YogaVayu's hemsida. Mer info ring 070 313 70 73.

**Välkomna !**

