



## **«Ich feiere das 10 – jährige Jubiläum meines Herzbusiness am Freitag, 24.Februar 2023»**

Im 2013 habe ich meine erste Yoga Ausbildung zur Ayur Yogalehrerin abgeschlossen. Wenn ich die letzten Jahre vor meinem inneren Auge abspiele, taucht bei mir sofort das Gefühl von Dankbarkeit auf. Ich bin dankbar für all die inspirierenden und lehrreichen Aus- und Weiterbildungen welche folgten. Ich bin dankbar für alle Menschen welche den Weg zu mir fanden und ihn ein Stück mit mir gegangen sind und noch immer gehen. Ich bin dankbar für meinen Mut, neue Wege zu gehen. Dankbar für die Veränderung welche allgegenwärtig ist und mein Herzbusiness zu MEINEM eigenen Weg mit kreiert hat.

Diesen besonderen Moment des 10 – jährigen Jubiläums möchte ich mit Dir feiern und zelebrieren.

**Gönne Dir eine Auszeit mit der wohltuenden Wirkung von Yin Yoga und Mantra Singen!**

### **Jubiläums – Programm:**

18:00 – 19:15 Yin Yoga zum Thema «Dankbarkeit» Maria von Allmen

19:15 – 19:45 Pause bei Tee & Wasser

19:45 – 21:15 Uhr Mantra Singen für ALLE mit Nadya Jenal & Priska Huber

bis 22:00 Uhr Austausch bei Tee, Wasser & selbstgebackenen Kuchen

**Ort:** Yoga mit Ingrid, Südstrasse 17, 8610 Uster

**Voraussetzung:** Die Jubiläumsfeier findet ab 6 Personen statt

**Beitrag:** Fr.80.- / Erwachsene in bar oder mit TWINT für den ganzen Abend

**Anmeldung bis 22.02.2023:** [maria\\_vonallmen@bluewin.ch](mailto:maria_vonallmen@bluewin.ch) 079 510 18 75

**Mitbringen:** Trinkflasche / Material hat es alles vor Ort

Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Yin Yoga und Mantra Singen ist für alle geeignet. Du darfst beim Mantra Singen auch einfach zuhören und die Klänge genießen.

Mehr Details auf: [www.mariavonallmen.ch](http://www.mariavonallmen.ch) / [www.mantralove.ch](http://www.mantralove.ch) / [www.craniosacral-praxis.ch](http://www.craniosacral-praxis.ch)

**Ich freue mich auf dich! Von Herzen liebe Grüsse Maria**