



ELÄ
HARMONIASSA
Pohjoisen luonnon kanssa

NATURALLY YIN & YANG JOOGA™

Naturally Yin & Yang™ joogassa harjoitat joogaa pohjolan luonnon rytmissä. Tässä joogassa dynaamiset yang ja rauhoittavat yin harjoitukset vaihtelevat luonnon kiertojen mukaisesti.



MIKKELISSÄ

Saimaa Stadiumilla

Tiistaisin
klo 18.30-19.30
luontomaisemissa



JOOGAA LUONNOLLISESTI

Harmoniaa & elinvoimaa

Kehittää kehoa ja mieltä.
Vahvistaa yhteyttä itsen ja
luontoon.



EEVA OJALEHTO

Jooga- ja meditaatio-ohjaaja

Inspiroivaa ohjausta vahvalla
kokemuksella.



eeva.ojalehto@unelmaelama.fi



www.unelmaelama.fi



PYYDÄ HISSIN OVIKOODI EEVALTA



040-120 7277

Unelma Elämä