

# Flow to Glow

*Zeit für dich, dein Gesicht & dein Strahlen*

Face Yoga ist eine liebevolle Praxis, die dich mit deinem Gesicht verbindet.

Durch bewusste Bewegungen, sanfte Massagegriffe und Achtsamkeit lösen wir Spannungen, regen die Durchblutung an und bringen deine Gesichtszüge zum Leuchten.

Es ist erstaunlich, wie viel Weichheit, Ruhe und Natürlichkeit in dir steckt - sie wartet nur darauf, gesehen zu werden.



# Flow to Glow

*Zeit für dich, dein Gesicht & dein Strahlen*

Vielleicht sehnst du dich nach einem Moment ganz für dich.  
Einmal die Welt kurz draußen lassen,  
durchatmen, ankommen und dabei etwas Gutes für dich tun.

Genau dafür ist mein Face Yoga Onlinekurs da.

Termine:

**jän.** 13.01./ 20.01./ 27.01.

**feb.** 03.02./ 10.02./ 17.02./ 24.02.

**mär.** 03.03./ 10.03./ 17.03.

DIENSTAG // 19:00-20:00 Uhr

10er Block: € 200,-

Drop-In: € 25,-

Mach's dir gemütlich, zünde vielleicht eine Kerze an, nimm dir dein Lieblingsgetränk und gönn dir diese Stunde nur für dich.

*Ich freue mich darauf, dich und dein Strahlen zu sehen.*

📞 0664-4842337

✉️ [info@samrasana-yoga.at](mailto:info@samrasana-yoga.at)

🌐 [www.samrasana-yoga.at](http://www.samrasana-yoga.at)

📷 [samrasana\\_yoga](https://www.instagram.com/samrasana_yoga)

nach deiner Anmeldung und  
Bezahlung,  
bekommst du die Zugangsdaten für  
den Zoom-Raum von mir  
zugeschickt