



Lu Jong II
Tibetan Healing Yoga



Lu Jong II , Tibetan Healing Yoga

Yoga studio, Tarayogini, Kluisbergen of online

Lu Jong II werkt op een nog dieper en energetisch niveau op het lichaam.
Hier wordt gewerkt met 3 groepen van vijf oefeningen.
Elk groep werkt ter versterking van de vijf elementen maar elk met een specifiek doel.

Groep 1:

Verhogen van de weerstand om zo ziektes te voorkomen

Groep 2:

Versterken van het lichaam om pijnen te voorkomen

Groep 3:

Versterken van ons energie waardoor we fysiek en mentaal meer in balans zijn.

Lu Jong II	
Datum	Iedere donderdagavond
Uur	19.00 – 20.30
Prijs	20 € per les
Plaats	Kluisbergen of via zoom
Inschrijven	Klik hier