

*«Es ist dein Weg – manche können
ihn mit dir gehen, aber keiner kann
ihn für dich gehen.»*

Rumi

Powerday

mit Marie-Louise von Werdt und Tili Renner Jakob

Verbunden und konzentriert auf den Körper und mit Unterstützung medialer Arbeit entsteht ein harmonisches Energiefeld. Jeder Teilnehmer ist Teil dieses Prozesses und wird mit dieser positiven Energie durchströmt.

Durch sanfte Bewegungen, welche ihren Ursprung beim Yoga und Yin Yoga haben, bringen wir unseren Körper, Geist und Seele in vollkommene Harmonie.

Im Yin Yoga setzt man den Hauptfokus auf das Entdecken des Körpers und intensiviert das in sich hineinspüren in das HIER und JETZT. Yin steht für Ruhe und Weiblichkeit; für alles im SEIN.

Marie-Louise von Werdt und Tili Renner Jakob, beides erfahrene Fachfrauen in ihren Spezialgebieten (Pilates-Therapeutin und Medium) begleiten Sie achtsam und liebevoll durch diesen Seminartag.

Ort	6043 Adligenswil, Winkelbüel 2, 1. Stock
Zeit	9.30 – 16.30 Uhr
Datum	12. September 2026
Kosten	CHF 200.- inkl. Pausenverpflegung, ohne Mittagessen
Kleidung	bequeme Trainings- oder Hauskleidung
Anmeldung	telefonisch oder per E-Mail bis spätestens 10 Tage vor Kursbeginn an; <ul style="list-style-type: none">• Marie-Louise von Werdt 079 560 92 27 oder marielouise.vonwerdt@bluewin.ch; oder• Tili Renner Jakob 041 370 14 39 oder tili.renner@spiritconsulting.ch