

# Zeige deine Power

Workshop nur für Frauen.  
Ein Tag an dem du zeigst was in dir steckt!



Samstag, 04. April 2020  
9.30 – 16.00 Uhr

Einmal zu spüren was wirklich in einem steckt ist das eine, diese Power zur Anwendung zu bringen wieder etwas anderes. Wie setze ich meine Power im Alltag ein? Was mache ich nun damit?

In diesem Workshop wirst erfahren, wie du als starke Frau auftrittst und wirkst. Am Ende dieses Tages weisst du wie du deine Stärke und Power zeigst.

Kursleitung Yvonne Frey (Yoga, Pilates, Frauengesundheit)  
Dominique Frey (3. Dan, Vollkontakt Karate Instruktor)  
Kosten CHF 130.00, bei Buchung bis 13.3.2020, CHF 120.00  
inkl. Lunch, zahlbar bei Anmeldung  
Anmeldeschluss 27. März 2020  
Kursort Yoga & Pilates Lenzburg,  
Niederlenzerstrasse 29, 5600 Lenzburg  
Anmeldung bei Yvonne Frey, [yvonne@yoga-pilates-lenzburg.ch](mailto:yvonne@yoga-pilates-lenzburg.ch)  
079 476 02 61

Der Kurs wird ab 6 (max. 10) Teilnehmern durchgeführt.  
Melde dich rechtzeitig an; die Platzzahl ist beschränkt.

