



Upplevelsebaserad föreläsning

Vill du förse din personal eller dina kunder med enkla tekniker för stresshantering & kreativ problemlösning?

Jag är folkhälsovetare och erfaren yogalärare och kommer gärna ut till er och håller en föreläsning där vi hoppar över powerpointen och i stället upplever de olika teknikerna och vilken påverkan de har. Under tiden berättar jag om vinsterna på hälsa, välmående och kreativitet.

Digitalt dokument med övningarna ingår.

Tidsåtgång cirka 2 timmar.

Kostnad 3.500 kr exklusive moms och reseersättning.

Kontakt: annika@annikawallinsyoga.se eller
tel. 0762-48 58 47

