

WORKSHOP

med Karin Björkegren Jones

Lär känna ditt underliv!

- Höftöppnande, stärkande yogaövningar och knipträning

Med erfarenhet från sina fulltecknade knipworkshoppar har hälsoprofilen, författaren och yogaläraren Karin Björkegren Jones uppdaterat sin populära bok "Knip för bättre hälsa" med flera nya kapitel och ännu mer knipfakta. Förutom knip-kapitlet kan du läsa om yonimassage, hormoner och hur du gör din egen snippolja samt få viktiga råd om hur du tar hand om ditt underliv.

Torsdag 24 januari, kl. 17.00-19.00

- *Boka idag på bokadirekt.se*

PRIS FÖR
WORKSHOPEN:

650:-

boken ingår
(värde 200kr)



 **Yogarina**

SKARPHAGEN CENTRUM

 yogarina.norrk

 yogarina.norrk

 yogarina.se