



Manuela Wanner
zertifizierte Lu Long Lehrerin

Praxis:
Wydenstrasse 6
6030 Ebikon

079 738 55 90
www.manuwa.ch
praxis@manuwa.ch



Lu Jong – das Yoga für Ihre Wirbelsäule
mit Manuela Wanner



manuwa
health
Lu Jong Yoga

Anmeldungen
jederzeit möglich!

Sitzende Bürotätigkeiten können Ursache für Rücken-, Schulter- und Kopfschmerzen sein.

So erging es auch mir, bis ich auf Lu Jong Yoga kam und seither vollkommen schmerzfrei bin. Gerne möchte ich Ihnen Lu Jong zur Schmerzlinderung oder Schmerzfreiheit näher bringen und Sie auf diesem Weg unterstützen.

Lu Jong hat seine Wurzeln in der tibetischen Medizin. Durch die Kombination von Haltung, Bewegung und Atmung, wird die Wirbelsäule auf sanfte Weise unterstützt. Diese dient zum Zwecke der Selbstheilung und löst Blockaden auf körperlicher, geistiger und energetischer Ebene. Dies ermöglicht uns den Heilungsprozess zu unterstützen, negative Emotionen zu transformieren und unsere Energie zu erhöhen.

Geeignet für alle Altersgruppen, erhöht Lu Jong unser Körperbewusstsein und beruhigt den Geist.

Manuela Wanner



Lu Jong – das Yoga für Ihre Wirbelsäule

manuwa
health
Lu Jong Yoga