



En lugnare vardag

Stress påverkar inte bara sinnet – det kan också störa kroppen. Många upplever att nacke och rygg värker, magen krånglar, ständig trötthet, mm.

Zonterapi kan vara ett sätt att minska stress genom att främja avslappning och balans i kroppen. Behandlingen, som innebär att man trycker på och masserar specifika zoner på fötter, händer eller ansikte, stimulerar kroppens egna självläkningsprocesser. Detta kan leda till minskad stress, bättre sömn, och ett allmänt ökat välbefinnande.

Välkommen att boka tid i vårt nya bokningssystem:

Klicka här

Höstens yoga:

Yinyoga med Tina
måndagar och
onsdagar

Restorative yoga
med Tina varannan
tisdag/onsdag

Yinyoga med Jenny
söndagar

Curam+yinyoga med
Eva, 4 tisdagar

Klicka här

Höstens event:

19/8 *Högekänslig?*
föreläsning med
Andrea Kontros.
18.00–20.00

16/9 *6 nycklar till
hormonell
balans* Kurs på 6 ggr,
yoga och
föreläsningar.

18/9 *Soundhealing*
19.00–20.30

20/9 *Lyxlördag*
9.30–12.30

9/10 *Meditativ
koreansk målning*
18.00–20.00

15/11 *Yogadag*
mer info kommer

22/11 *Lyxlördag*
9.30–12.30

27/11 *En vinter i
balans* – Auyurveda
med My
18.30–20.30

29/11 *GuaSha &
koppning* 10.00–12.00

15/12 *Julbubbel*
19.00–21.00

Klicka här

Har du frågor eller önskemål kontakta IA på 0703-670465



Iaz Zonterapi i Skåne
Karabyvägen 340
244 71 Dösjebro
ingela@iaz.nu

Läs i webbläsaren | Avprenumerera

DIPLOMERAD ZONTERAPEUT/REFLEXOLOG

iaz