



## Jahresbericht „Indian Balance 2017“

Sich eine Auszeit vom Alltag zu nehmen;

Sich zu bewegen, während die Seele ausruht;

Das ist unser Ziel!

Seit den ersten Kursen in 2015 hat sich eine kleine Indian Balance Gemeinschaft entwickelt und nimmt regelmäßig montags an den Kursen teil.

Aufgrund von Weiterempfehlungen wächst das Interesse an dem Indian Balance Kurs und die 10 Plätze (je Kurs) sind schnell vergeben.

Besondere Merkmale von Indian Balance sind die Säulen der Kahuna Atemtechnik, die indigenen Balancetechniken sowie die fließenden Moves, die unseren gesamten Körper sinnlich berühren und entspannen. Die stimmungsvolle Begleitung mit indianischer Musik vertieft die Wahrnehmung und Ausführung aller Übungen.

Indianische Grüße

Meike Weber