

since 1904

Schweizerhof

L E N Z E R H E I D E



Power Posing Workshop

Mit Power Posing zu kraftvoller Präsenz und innerer Gelassenheit.

Sie möchten stärker und selbstbewusster wirken?

Ganz präsent sein und an Ausstrahlung gewinnen? Das können Sie schaffen: mit Power Posing. **Wir laden Sie herzlich ein!**

Donnerstag, 17. Mai 2018, 18.30 bis 20.00 Uhr

mit anschliessendem Apéro im BergSpa.

Leiten wird diesen Workshop **Karin Albrecht**. Sie war professionelle Tänzerin und wurde unter anderem an der Martha Graham School of Contemporary Dance in New York ausgebildet. Karin Albrecht ist Mitbegründerin der star-school for training and recreation in Zürich, wo sie das renommierte **ANTARA Bewegungskonzept** entwickelt hat. Körperliches Wohlbefinden, Stärke und Präsenz - das sind die Lebensthemen von Karin Albrecht.

Wir freuen uns auf Sie!

Carina Barblan und Karin Albrecht

PS: Die Yoga-Lektion mit Matthias entfällt an diesem Abend.

**Reservierungen & Infos unter: 081 385 25 11 oder
bergspa@schweizerhof-lenzerheide.ch**

BergSpa