

Presse-Information

Simyoga Schule
Friedrich-Ebert-Straße 15
48153 Münster



Pressekontakt Simona Moschoglou (Inh.)	Telefon (0251) 20 15 399	E-Mail info@simyoga.de	Datum 14.01.2012
--	------------------------------------	----------------------------------	----------------------------

— Thai-Yoga Massage Workshop in Münster

Wenn Hektik, Stress und Nervosität zur körperlichen Belastung werden, kann die richtige Entspannungstechnik Abhilfe schaffen.

Münster. Ob Verkrampfen am Schreibtisch, Anpannung beim Autofahren oder falsches Liegen: Besonders die Schulter- und Nackenregion reagiert häufig sensibel auf die Belastungen des Alltags. Eine Lösung, mit der sich Fehlstellungen und empfindliche Schmerzen vermeiden lassen, liegt in der Heilkunst der Thai-Massage. Der international tätige und renommierte Yoga-Lehrer Tobias Frank, deutschlandweit einer der wenigen Ausbilder in diesem Bereich, kommt am 19. Januar 2013 zu einem Workshop in die Simyoga Schule nach Münster. Beginn ist um 14.00 Uhr.

In seinen Workshops vermittelt Tobias Frank viele Übungen wie passive Partner-Stretches und Thai-Massage-Sequenzen speziell für Schulter und Nacken, die auch zuhause oder im Büro für rasche Entspannung sorgen. Alle Teilnehmer des dreistündigen Workshops erhalten ein Skript mit den wichtigsten Übungen, um sie später allein nachvollziehen zu können.

Seit seinem ersten Thailand-Aufenthalt 2004 beschäftigt sich Tobias Frank mit der entspannenden Wirkung der Thai Yoga Massage und ließ sich von Joachim Schulz, Arno L'Hermitte und Noam Tyroler in dieser Heilkunst ausbilden. Neben Yoga und AcroYoga, das er selbst als erster nach Deutschland brachte, lehrt er seit 2010 auch selbst Thai Massage.

Weitere Informationen unter (0251) 20 15 399 oder www.simyoga.de.

Öffentlichkeitsarbeit und PR:

Hendrik Heisterberg PR.TEXT.BERATUNG - Westbeverner Straße 2-6 - 48291 Telgte
mail@hendrikheisterberg.de - Festnetz: +49(0)2504-9869597 - Mobil: +49(0)152-52478285 - Fax: +49(0)321-22806421