

# Atem-Stern

## GEDANKEN-PAUSE



Zieh den Stern mit dem Finger nach während du ein- und ausatmest.

**YOGARAUM MORGENTHAL**  
Sandra Morgenthal

☎ 0160 92 650 727

✉ [sandra@yoga-morgenthal.com](mailto:sandra@yoga-morgenthal.com)

🌐 [www.yoga-morgenthal.com](http://www.yoga-morgenthal.com)

📷 [@yoga.morgenthal](https://www.instagram.com/yoga.morgenthal)



MACH YOGA MIT MIR!