



**BRÖSTCANCERFÖRENINGEN  
MOA-LINA ÖSTERGÖTLAND**

## **Inbjudan till medicinsk yoga**

**När:** Tisdagar kl. 17.30 - 18.45

Start den 14 september **2021** och 12 gånger totalt

**Var:** Digitalt via Zoom

### **Innehåll**

Medicinsk yoga med enkla positioner på matta eller stol med fokus på andningen. Sänker stressnivån i kroppen och hjälper kroppen till självläkning.

**Kostnad:** Ingen kostnad

**Anmälan:** Senast **6 september 2021**

Anmälan gör du till [ostergotland@brostcancerforbundet.se](mailto:ostergotland@brostcancerforbundet.se)

### **I anmälan ska du ange:**

Namn, telefonnummer, mejladress, personnummer och stad

Senast dagen innan kommer du att få mejl med länk till Zoom. Där kommer det också att finnas en enkel manual för att komma igång med Zoom.

Välkomna!

Kristin/Bröstcancerföreningen Moa-Lina Östergötland

