

SOMMER 2019

JUNI

So. 23.06.19 „108 Sonnengrüße“, 18⁰⁰-19³⁰, Energieausgleich: € 20,-

Bewegungsmeditation zur Sonnenwende. Das Thema wird noch bekannt gegeben.

JULI

TERMINVERSCHIEBUNG:

Fr. 05.07.19 „Gehen im wissenden Feld“, 19⁰⁰-21³⁰, Energieausgleich: € 50,-
Themenabend „Was mir mein Körper sagen möchte“

Du erhältst an diesem Abend Informationen, die dein Körper für dich bereithält. Psychische, physische und emotionale Herausforderungen des Lebens spiegeln sich auch in körperlichen Symptomen wieder. Die Dinge aus einem anderen Blickwinkel wahrzunehmen, kann hilfreich sein um anstehende Entscheidungen leichter treffen und umsetzen zu können,

Fr. 19.07.19 „KUNDALINI Yoga“ Special, 16³⁰-20⁰⁰, Energieausgleich: € 85,-

Ein Yoga-Special um deine KUNDALIN (=Lebensenergie & -Freude) zu wecken

AUGUST

Fr. 02.08.19 „Bewegungsmeditation“, 18³⁰-19⁴⁵, Energieausgleich: € 20,-

...spezielle Meditationstechniken reinigen dein Energiesystem, beruhigen den Geist, lassen die Schnelligkeit des Alltages vergessen, schaffen Raum für Neues. Wirf emotionalen und psychischen Ballast ab und komm bei dir selbst an.

Fr. 30.08.19 „Start-Up Yoga“, 18³⁰-20³⁰, Energieausgleich: € 50,-

... in diesem Workshop legen wir den Grundstein für einen tollen Start in den „Yoga-Herbst“. Asana- und Atemtechniken, Bewusstseins-, Mediations- und Entspannungsübungen -> ein abwechslungsreicher Mix aus der Yoga-Welt, der für ALLE geeignet ist.
