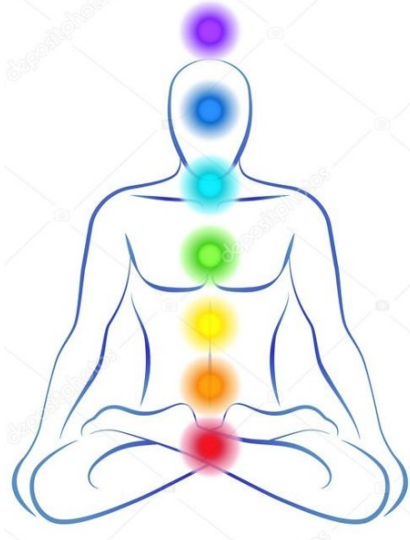


Chakren-Yoga-Workshop zur Stärkung der eigenen Energie

Gemeinsam geht's manchmal leichter!

Online über www.zoom.us

am Sonntag, 14. Februar 2021



von 10.00 – 13.00 Uhr

Teilnehmerbeitrag: 50,- Euro inkl. MwSt.

Energiearbeit wirkt auf Körper, Geist und Seele und führt zu mehr Harmonie, Stabilität und Lebensenergie - innere Zustände, die durch regelmäßige Yogapraxis erreicht werden können.

An diesem Vormittag möchte ich mit euch die sieben Energiezentren in unserem Körper, auch Chakras genannt, durch entsprechende Atem- und Yogaübungen entdecken und stärken. Durch Chakra-Yoga wird der Energiefluss im Körper angeregt, Blockaden können gelöst werden. Kann die Energie frei fließen, hat das positive Auswirkungen auf Körper, Geist und Seele: die Immunabwehr wird aktiviert, der Kreislauf stabilisiert, Organe bleiben gesund, wir finden innere Ruhe, Gelassenheit und geistige Klarheit.

Der Workshop richtet sich an Yoga-Einsteiger und -Fortgeschrittene.

Verbindliche Anmeldung bitte bis spätestens 8. Februar 2021 an:

kontakt@yogaundcoaching-ksh.de

Rückfragen gerne auch telefonisch: 0160-99 11 51 30 oder 06422-897 26 58

Mindestteilnehmerzahl: 5 Personen; bei Absage bis 2 Tage vor Kursbeginn berechne ich den halben, bis 24 Stunden vorher den vollen Betrag, es sei denn, es kann eine Ersatzperson gefunden werden.