

Yoga der Energie

Asana – Atem – Meditation

Mit Jutta Pinter-Neise

Mit Hilfe von Bewegungsabläufen und Asanas, der schrittweisen Entwicklung des Atems sowie der Konzentration wird die in uns ruhende Energie erfahrbar und gelenkt.

Wir versuchen in diesem Seminar nicht nur die Struktur des Körpers zu verbessern, sondern auch unsere mentalen Fähigkeiten zu erweitern.

Unser Ziel ist die Meditation. Ein Zustand frei von jeglichem Wollen und Tun, der uns die tiefe Freude, die in jedem Menschen ruht, erfahren lässt.

Wann:

Samstag: 02.12.2017 10:00 bis 13:00 Uhr und 15:00 bis 18:00 Uhr

Sonntag: 03.12.2017 9:00 bis 13:00 Uhr

Wo: Raum für Yoga, Taigweg 4, 86720 Nördlingen

Kosten: 150 Euro (incl. kleines Catering)

Eine feste Anmeldung ist in Verbindung mit einer 50%igen Anzahlung gültig.

Bankverbindung: Edith Schweda, Sparkasse Nördlingen,
IBAN: DE 86 7225 0000 0000 3709 32