NEUER KURSBEGINN: Montags, ab 21. Nov.

Lerne mit Yoga Deine Energiequellen kennen!

Dieser Kurs bietet Basiswissen zu den wichtigsten Schwingungsfeldern (Chakras) unseres Körpers. Während die östlichen Lehren diese seit Jahrtausenden im Menschen kennen und darauf basierend viele Traditionen wie z.B. Akupunktur, Akupressur oder auch viele Kampfsportarten, aber auch den Yoga erfolgreich entwickelten, ist in der westlichen Welt mehr Skepsis oder Halbwissen, als wirkliche Kenntnis auszumachen.

- **Verstehen Sie Ihre und die Entwicklung Ihrer Kinder neu: Was ändert sich im menschlichen Entwicklungszyklus alle sieben Jahre bezugnehmend auf die Chakras?**
- **Wie wirken sich Über- und Unterfunktionen aus?**
- **Welche Organzuordnungen gibt es.**
- **Und welche Yogaübungen und Meditationen können diese Energiefelder positiv unterstützen?**

Dieser Kurs bietet nicht nur ungeahnte Erklärungszusammenhänge, sondern vor allem wichtige eigene Erfahrungen als Antwort.

Gut zu wissen:

- Jeder Kurstermin beinhaltet: Ankommen (Innere Ruhe finden) – Aufwärmübungen – Thematisches Yogaset (Kriya) – Tiefenentspannung – Meditation – Ausklang.
- Kundalini Yoga eignet sich für jung und alt.
- Übungen können individuell angepasst werden. So eignet sich Kundalini Yoga auch für Menschen mit Handikaps. (Ggf. Rücksprache mit Kursleiter)
- Sie möchten gerne mehr? Alle Kurse unseres Kursleiters werden zur einjährigen Ausbildungsvorraussetzung zum Kundalini Yoga Lehrer 3HO o. KRI offiziell anerkannt.

Noch Fragen? Reden Sie mit unserem Kursleiter… **06071 605 977**

Termine:	**Montags 21., 28. Nov. | 5., 12., 19. Dez. | Ferien|9., 16., 23., 30 Jan. | 6. Feb.**
Dauer:	jeweils ab 20.00 h für ca. 2 Std.
Ort:	**Groß-Umstadt/ Heubach, W.-Leuschner Str. 70 (Altes Rathaus, 1.OG)**
Kostenanteil:	20 Zeitstunden Mitglieder 110,-, sonst. zzgl. 20,-
Kursleitung:	R. Mecke-Schrod, Yogalehrer - KRI, Stufe 1, Sat Nam Rasayan® Stufe 1

info@yogi-yogini.de :: 06071 605 977 :: www.yogi-yogini.de :: **www.kulturnetz-heubach.de**

YOGA Kursbeginn 21. Nov. **Jetzt Anmelden!** 06071 605 977	**YOGA** Kursbeginn 21. Nov. **Jetzt Anmelden!** 06071 605 977	**YOGA** Kursbeginn 21. Nov. **Jetzt Anmelden!** 06071 605 977	**YOGA** Kursbeginn 21. Nov. **Jetzt Anmelden!** 06071 605 977	**YOGA** Kursbeginn 21. Nov. **Jetzt Anmelden!** 06071 605 977	**YOGA** Kursbeginn 21. Nov. **Jetzt Anmelden!** 06071 605 977	**YOGA** Kursbeginn 21. Nov. **Jetzt Anmelden!** 06071 605 977	**YOGA** Kursbeginn 21. Nov. **Jetzt Anmelden!** 06071 605 977