



Kundalini Yoga

&

Sat Nam Rasayan

*Entwickle einen
meditativen Verstand*

Sa 10.3.2012 - So 11.3.2012

jeweils 13 Uhr bis 18 Uhr

In diesem Workshop wird durch die Ausübung von Kundalini Yoga Kriyas und Meditationen ein meditatives Bewusstsein entwickelt und durch Sat Nam Rasayan vertieft.

Sat Nam Rasayan ist eine energetische Heil- und Meditationsmethode aus dem Bereich des Kundalini Yoga und verfügt in dieser Verbindung über einen reichen Schatz an Meditationsübungen, die unsere Fähigkeit zu meditieren entwickeln und vertiefen kann. Sat Nam Rasayan kann dir Entspannung und Aufmerksamkeit schenken und dir lehren eine innere Stille zu erzeugen. Durch diese tiefe innere Stille wird der Kontakt zu deinem wesentlichen Selbst wiederhergestellt.

Kursleitung: Sadhu Singh

Sat nam Rasyan Trainer, Schüler von Yogi Bhajan & Gurn Dev
Praktiziert seit 30 Jahren Meditation und Yoga
Praktizierte SNR mit Gurn Dev Singh durch all diese Jahre.

Nirmal Singh

Kundalini Yoga Lehrer und Ausbilder
Sat Nam Rasayan Level 1
Klangschalenmassage und -meditation
Shiatsu-Praktitioner

Ort:

Amar Das Kundalini Yoga Zentrum
1020 Wien, Kleine Stadtgasse 3 (Eingang Aloisgasse)

Kosten:

Beide Tage €100.-

Ein Tag €60.-

Kontonr.: 4911, Blz: 32906

Anmeldung unter: 06609460140 oder
nirmal.kundaliniyoga@chello.at

