

Die bunte Welt des

KUNDALINI YOGA

Basics Teil I

***Das Kreuz mit dem Kreuz!
Yoga anatomisch richtig ausführen***

***Yogisches Leben im 21. Jhd?
Ernährung & Lebensweise***

***Wie Du atmest, so lebst Du!
Pranayama & Energiemanagement***



Peter René
Kundalini-Yoga-Lehrer, Gesundheitsyoga-Lehrer, Thai Yoga Bodyworker
Anmeldung/Information per e-mail atmadeep@protonmail.com oder per Telefon 0699 188 200 92

Workshop:
Samstag, 26. Jänner
14:00 bis 18:00 Uhr
im AMARDAS
Euro 45,-