

Die bunte Welt des

KUNDALINI YOGA

Basics

**Warum zur Ruhe kommen ?
Die Lücke zwischen den Gedanken**

**Realität – was ist das?
Die kosmischen Gesetze**

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

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

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

**Workshop:
5. Oktober 2019**

**14:00 bis 18:00 Uhr
im AMARDAS
Euro 45,-**



Peter René
Kundalini-Yoga-Lehrer, Gesundheitsyoga-Lehrer, Thai Yoga Bodyworker

Information/Anmeldung
per e-mail atmadeep@protonmail.com oder per Telefon 0699 188 200 92