



VINYASA-FLOW DURCH DIE 5 ELEMENTE

SO. 17.03.2019 • 14.30-17.00 Uhr



OM NA MA SHI VA YA

NA erschafft Äther - MA erschafft Luft - SHI erschafft Feuer - VA erschafft Wasser
YA erschafft Erde

Ich lade Dich ein auf eine ganzheitliche Reise durch die 5 Elemente.

In dieser Praxis werden wir auf unterschiedliche Weise in Verbindung mit der Qualität von Äther, Luft, Feuer, Wasser und Erde kommen. Unterschiedliche Flow 's, Mudras und Mantren unterstützen uns in der Yogapraxis, um die Kraft der Elemente zu spüren. Diese sehr abwechslungsreiche Yogasequenz hilft Dir, verbrauchtes abzugeben und voller Energie in den Frühling zu starten.

"Die Quelle der Liebe hat weder Namen noch Form. Sie ist in allem und steht über allem....die Quelle von Raum, Luft, Feuer, Wasser und Erde, die uns alle umfasst. Feuer ist Kopf, Sonne und Mond sind ihre Augen.....die Luft ist ihr Atem und das Universum ihr Herz. Der Herr der Liebe ist das innerste Selbst von allem." Upanischaden

Ich freue mich sehr auf Dich und die wundervolle Judith.
Namasté, Steffi

DIE TEILNEHMERZAHL IST BEGRENZT!

DEIN PLATZ IST NACH ANMELDUNG UND ZAHLUNGSEINGANG FÜR DICH RESERVIERT.
GERNE KANNST DU DIR DEIN EIGENES EQUIPMENT (MATTE, DECKE, BLÖCKE, POLSTER, GURT) MITBRINGEN.

KOSTEN: 49,- € | FRÜHBUCHER BIS 17.01.2019 NUR 39,- €