



Kundalini Yoga Therapie-Kurs

Eine chronische Erkrankung oder eine schwerwiegende Diagnose knockt dich aus. Im wahrsten Sinne des Wortes. Dein Nervensystem erstarrt und fährt sich runter. Und das, wo du genau in dieser Zeit kraftvoll sein möchtest.

Ich möchte deinem Nervensystem mit diesem Kurs Erholung und eine Chance zur Regenerierung verschaffen. Du erfährst über die Wirkweisen deines Nervensystems und wendest das Erlernete sofort, im Rahmen deiner persönlichen Möglichkeiten, in Übungen und Meditationen an.

Egal, wie fit du gerade bist. Du hast hier einen offenen Raum nur für dich.

Kurstermine: 15.9.; 22.9.; 29.9.; 6.10.; 13.10.; 3.11.; 10.11.; 17.11.; 24.11.; 1.12.23
Kurszeit: 11:00 bis 12:30 Uhr

Kostenbeitrag: 120 € (sprich mich an, falls der Beitrag für dich nicht möglich ist)

Ich lade dich herzlich ein, ein Familienmitglied, eine(n) Freund(in) mitzubringen.

Ich freue mich, dich ein Stück deines Weges zu begleiten.

Sat Naam

PS: Bitte sprich mit deinem Arzt, ob ein Yoga-Therapie Kurs für dich angebracht ist.