

Kundalini Yoga Wasserburg

Newsletter ♥ Newsletter ♥ Newsletter ♥ Newsletter ♥ Newsletter ♥ Newsletter ♥ Newsletter ♥

Herbst 2016

Die 5 Tibeter sind wieder da!

5 kleinere leichte Übungen – für jedes Alter! – bringen Schwung und Energie in Deinen Alltag!

In diesem Workshop erhältst Du die Anleitung für die Übungen, wir praktizieren gemeinsam, so dass Du dies auch für Dich allein zu Hause praktizieren kannst.

Termin: Sonntag 23.10.2016

Gesunde Haltung!

Die eigene Körperwahrnehmung wird trainiert und die Aufrichtung der Wirbelsäule. Wir erfahren was es benötigt um eine aufrechte Haltung beizubehalten.

Termin: Sonntag 13.11.2016

Beide Workshops finden über den Keipp Verein statt, beginnen um 10.00 Uhr und enden um 13.00.

Anmeldung: 08071-7401 ab 10 Uhr oder angelika-gut@web.de

Herzliche Grüße und Sat Nam

Angelika Ranvir Kaur Gebhardt