

Inspirierende und stärkende Yoga Tage im Februar 2020

Samstag, 8. Februar 2020 um 10h - 20h

Sonntag, 9. Februar 2020 um 10h - 15h

Kursinhalt

Der Februar ist der Monat der persönlichen inneren Vorbereitung und Planung für das neue Jahr. Es ist eine günstige Zeit, nach den Festtagen sich körperlich zu reinigen, stärken und geistig zu sammeln, um deinen Wünschen und Zielen Raum, Richtung und Kraft zu geben. Reinigende und vitalisierende Körperübungen, Atemübungen, Klangmeditationen und Yoga-Nidra, begleiten dich durch das Seminar, sowie Vorträge zum Thema. Die Yoga Sutren von Patanjali inspirieren dich dabei.

Mit dem Ziel körperlich und geistig gestärkt, mit innerer Stabilität, Klarheit und Leichtigkeit, deinen neuen Tagen im Jahr lustvoll zu begegnen 😊

Kursleitung

Natalie Romancuk

Dipl. Yogalehrerin-Therapeutin YCH

praxis@kiyoga.ch

www.kiyoga.ch

079 463 49 04

Kursgebühr

CHF 250.-

Anmeldung bei der Kursleitung

Mit der Bezahlung der Kursgebühr wird dein Kursplatz reserviert.

IBAN CH08 0900 0000 8724 0762 3, Natalie Romancuk

Lage

Der Yogaraum Ananda befindet sich gegenüber vom Bahnhof Wettingen, im Geschäftshaus Möbel Meier. Der Eingang ist auf der rechten Seite des Gebäudes im 2. OG.

