

YOGA der ENERGIE

Manipúra und Ájná Cakra

Yoga-Workshop mit Jutta Pinter-Neise

16.11. bis 17.11.2019

im *Raum für Yoga* in Nördlingen

Das Manipúra Cakra wird als Sitz unserer Lebensenergie auf der materiellen Ebene angesehen, während das Ájná Cakra für die mentale und intuitive Kraft steht.

Unser Potenzial zum Handeln, bildet gemeinsam mit der Entwicklung und Verfeinerung unserer mentalen Fähigkeiten, die Voraussetzung für die Ausschöpfung der im Menschen angelegten Entfaltungsmöglichkeiten.

Asana - eingebunden in Bewegungsabläufe - Pránáyáma, Energielenkungen und Töne werden die Grundlage zur Erfahrung unseres energetischen Potentials bilden und zu seiner Vertiefung beitragen. Das Ziel unserer Übungspraxis ist die Intensivierung unserer Lebensfreude. So finden wir in unsere Mitte, unsere Basis, verbunden mit der Weite und Stille unseres unbegrenzten Bewusstseins.

Wann: Samstag, 16.11.2018, 10 Uhr bis 13 Uhr und 15 Uhr bis 18:00 Uhr
Sonntag, 17.11.2018, 9 Uhr bis 13 Uhr

Wo: Raum für Yoga, Taigweg 4, 86720 Nördlingen

Kosten: 150 Euro (incl. kleines Catering)

Anmeldung: Edith Schweda e.schweda@yogaundbewegung.de
Bankverbindung: Edith Schweda, Sparkasse Nördlingen
IBAN: DE86 7225 0000 0000 3709 32, BIC: BYLADEM1NLG

Eine feste Anmeldung ist nur in Verbindung mit einer 50%igen Anzahlung gültig.