

Workshop: YOGA - Eine Reise durch die Chakren

Samstag, 14. Dezember 2024 | 13:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Kursraum NETZWERK Gesundheit Wittgenstein | 57319 Bad Berleburg, Hinterstöppel 4



Joanna Schmidt

Eine Annahme der YOGA Therapie ist, dass es neben dem groben psychischen Körper auch noch andere feinstofflichere Ebenen gibt, die unser Wesen ausmachen. Die Art wie wir uns in dieser Welt bewegen, Beziehungen eingehen und in unserem Leben Herausforderungen meistern.

Wir laden Dich ein zu:

- einer YOGA Einheit mit direktem Bezug auf die Chakren
- Entspannung durch eine inspirierende Chakren-Meditation
- vielfältigem, fundierten und theoretischem Wissen über die Chakren, ihre Lage und ihre Wirkung auf Körper und Geist
- eine kunsttherapeutische Einheit

Workshopleitung: Joanna Schmidt (YOGA Lehrerin & YOGA Therapeutin)

Anmeldungen bitte an: kontakt@gesundheitssport-wittgenstein.de

65,00 €

Veranstalter:

Netzwerk Gesundheit Wittgenstein, Gesundheitssport Wittgenstein e.V.

Hinterstöppel 4

57319 Bad Berleburg

Telefon: 0151 257 123 10

kontakt@gesundheitssport-wittgenstein.de

<http://www.netzwerk-gesundheit-wittgenstein.de>

PDF Download:

https://termine-wittgenstein.de/pdf/dfx/2/9860735e51_Yoga_Workshop_JoannaSchmidt_dez_241111.pdf

Weitere Informationen: <https://www.bad-berleburg.de/Leben/BLB-Gesund/Termine/>