

EIN-BLICK

INS ANUSARA YOGA

24.2.2024
BACKNANG

YOGA AUF UND NEBEN DER MATTE



EINSTELLUNG AUSRICHTUNG AKTION HERZ GEIST KÖRPER WUNSCH WISSEN ERKENNTNIS

Was steckt hinter dem zeitgemäßen Yogastil Anusara?

Wir schauen an diesem Tag hinter die Körperhaltungen und beschäftigen uns mit einer gesunden Ausrichtung. Lernen die dem Anusara Yoga unterliegenden Ausrichtungsprinzipien in Theorie und Praxis kennen.

Die Philosophie als tragender Gedanke - nicht nur bildlich -lädt zum Austausch ein. Was steckt hinter unseren Wünschen und Sehnsüchten, was bedeutet ein gelungenes und glückliches Leben zu führen.

Wir verbinden die Theorie mit der Praxis und umgekehrt und erfahren Yoga in seiner ganzen Dimension - nicht zuletzt als bewegte Achtsamkeit.

Zum Vertiefen oder Kennenlernen - Du bist herzlich willkommen!

Zeiten

Samstag 10 - 16 Uhr

Info/Buchung

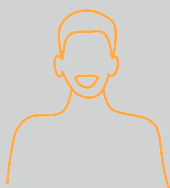
www.utefischer-yoga.de

Dozentin/Ort

Ute Fischer
Yoga Akademie
Hofgut Hagenbach 1
71522 Backnang

Energieausgleich

Frühbucher bis 15.01. €95
danach €105



UTE FISCHER YOGA

EXPERIENCED CERTIFIED ANUSARA YOGA TEACHER