

IM-PULS

Workshop mit Ute Fischer
Anusara inspired® Teacher

Kreuzlingen

15. Juni 2019

10-12 & 13-15 Uhr



Wenn Yoga ruft, geht es oft einher mit einem ersten Impuls, einem Wunsch es zu tun, einer inneren Regung, die mehr Wissen möchte: Mit Herz und Verstand.

Wie kann ich mich von ungünstigen Bewegungsmustern befreien, welche Gedanken sagen Ja zum Leben? In diesem Workshop geht es um innere und äußere Aufrichtung. Im Fluss mit dem sein, was uns ausmacht, ganz einzigartig, jeder in seinen Möglichkeiten. So werden wir im Puls der Zeit, des Lebens und des Atems Yoga praktizieren, uns viel Zeit für die Ausrichtung nehmen, uns mit der Philosophie die dahinter steht beschäftigen und den Atem als Taktgeber entdecken und honorieren.

Ort/Anmeldung

pilatesyogaraum GmbH
Löwenschwanz 1
8280 Kreuzlingen

+41 79 336 21 33
www.pilatesyogaraum.ch
info@pilatesyogaraum.ch



Energieausgleich

Gesamter Workshop
100 CHF



Lehrer

Ute Fischer
Anusara inspired Teacher

info@utefischer-yoga.de
www.utefischer-yoga.de

