

## Yoga und Klang

### Zeitraum

Fr., 08.03.2024

ab 16:00 Uhr

Sa., 09.03.2024

bis 15:30 Uhr

### Zielgruppe

Interessierte

### Referent/en

#### **Evi Schroffenegger**

Ausbildung in Musiktherapie und Klangschalenmassage, Evolutionspädagogin®, Coach P.P.©

#### **Sabine Vieider**

Hatha Yogalehrerin Yoga Vidya Gurukul Indien/Trimbak, Meditationskursleiterin, Ayurveda

Gesundheitsberaterin

### Kursbeitrag

95,00 € pro Person

Achtsamkeit, Konzentration, Körpergefühl und Entspannung werden durch Yoga gefördert. Nicht Leistungsdruck, sondern der Fokus auf die Sinne und das Entdecken deiner wahren Natur stehen im Vordergrund. Du findest, was schon immer da war. Harmonisch klingende Klangschalen haben eine wunderbar tiefgreifende Wirkung, lösen Blockaden und schenken befreiende Lebendigkeit.