

Yoga und Klang

Data / Ora

ven., 08.03.2024

dalle ore 16:00

sab., 09.03.2024

alle ore 15:30

Destinatari

Interessierte

Referente

Evi Schroffenegger

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

Sabine Vieider

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

Gesundheitsberaterin

Importo

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.