

WORKSHOP

Ashtanga-Vinyasa-Yoga im YogaCasa

Mit „Narada“ Ralph Otto - Samstag, den 04.11.17



Vinyasa - Atem in Bewegung.

Der Atem leitet die Bewegung ein, der Atem beendet die Bewegung.

Anatomisch korrektes Üben aus dem Ashtanga Vinyasa Yoga.

**Vertiefe so Deine eigene Praxis und erlerne neue Varianten für Dich.
Eingebettet ist dieser Workshop in das philosophische Gebäude des Yoga-Sutra
Vervollständige Deine eigene physische Praxis und mache Sie so zu einem
spirituellen Erlebnis.**

Vortrag: Das Phänomen Geist

Dieser Workshop ist Bestandteil des AYI® Weiterbildungsangebotes.

Samstag	9:00 - 12:00	Anatomisch korrektes Üben der 1. Serie	13:00 - 15:00	Vortrag: Yoga - das Phänomen Geist Pranayama Meditation
---------	--------------	---	---------------	--

Preis: 80,-€ ermäßigt 65,-€

Anmeldung und Info: simone@yogacasa.de bei Simone

Ralph Otto: www.naradayoga.com

