

WORKSHOP

Ashtanga-Vinyasa-Yoga bei NaradaYoga in Erlangen

Mit „Narada“ Ralph Otto am Sonntag, den 30.07.23



Komplette 1. Serie anatomisch korrekt üben Mit Asana-Varianten

Je bewusster Dir Dein Abdruck (Ausdruck) ist, desto klarer Dein Weg.
Bei diesem Workshop lernst Du die Asanas anatomisch Korrekt einzunehmen.

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.

| | | | | |
|---------|---------------|---|---------------|--|
| Sonntag | 10:00 - 13:00 | Anatomisch korrektes Üben der kompletten 1. Serie | 13:30 - 15:00 | Pranayama Meditation Philosophie |
|---------|---------------|---|---------------|--|

Preis: 70,-€ ermäßigt 60,-€

Anmeldung: Sende mir eine Mail an: ralphoto@naradayoga.com

Ralph Otto: www.naradayoga.com

