

Glücksrad

Yogakurs für emotionales Gleichgewicht
& mehr Gelassenheit im Alltag



Glücksrad

Hast Du manchmal das Gefühl, Du „drehst am Rad“, Dir „fehlt ein Rad“? Du fühlst Dich wie „unter die Räder gekommen“, „das fünfte Rad am Wagen“?

Vielleicht läuft eines Deiner Chakren (Energieräder) sozusagen aus dem Ruder.

„Der Mensch denkt, er sei das Wasser, das die Räder der Schöpfung treibt, aber er ist selber ein Rad, das getrieben wird“

Jean Paul (franz. Schriftsteller, 1763-1825)

Das Rad muss nicht neu erfunden - es muss wieder zum Laufen gebracht werden!

Bei unserem am 16. Mai 2022 beginnenden Yogakurs erfährst Du mehr über die

Energie-Räder der Chakren, was sie mit dem Einfluss auf Deine Stimmungen und Deinen Hormonhaushalt zu tun haben. In jeder Yoga-Unterrichtsstunde gibt es unterstützende Yogaübungen (Hormonyoga im Kundalini Yoga), Meditationen und Selbst-Coachingfragen.

Bei schönem Wetter: **OUTDOORYOGA in Pfungstadt** ansonsten Inhouse. Solltest Du nicht regelmäßig am Yogakurs teilnehmen können, kannst Du ein Drop-In-Einzelticket buchen.

Die Kurstermine sind:	Montag	Mittwoch	jeweils 18:00-19:30 Uhr
1. Chakra	16. Mai 2022	18. Mai 2022	
2. Chakra	23. Mai 2022	25. Mai 2022	
3. Chakra	30. Mai 2022	1. Juni 2022	
4. Chakra	Pfingstmontag	8. Juni 2022	
5. Chakra	20. Juni 2022	22. Juni 2022	
6. Chakra	27. Juni 2022	29. Juni 2022	
7. Chakra	4. Juli 2022	6. Juli 2022	
8. Chakra	11. Juli 2022	13. Juli 2022	

OUTDOOR Yogakurse auch in den Sommerferien

In den Sommerferien Outdooryoga 1 x wöchentlich, **MITTWOCHS, 17:30-19:00 Uhr.**

Sichere Dir jetzt schon Deinen Platz an der Sonne!

Bist Du dabei? Ich freue mich auf Deine Anmeldung und unser Zusammensein!

Kontakt: Mobil/WhatsApp/Telegram/Signal 0151 24241540

E-Mail: info@pause-vom-alltag.de