



Was spürst Du?

kum nye ist ein altes tibetisches Übungssystem, das Körper und Geist harmonisieren und integrieren möchte. Mit meist langsamen Bewegungsübungen wird Energie angeregt, losgelassen und entfaltet. Zentral ist das Spüren und Erfahren, das zur Entspannung führen kann. Es kann Stille und ein Gefühl innerer Präsenz entstehen.

Workshops:

Samstag, den 20.01.2024: Licht einladen

Samstag, den 10.02.2024: Energien anregen

Samstag, den 23.03.2024: Spannungen umformen

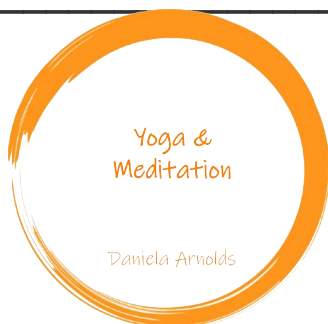
Samstag, den 13.04.2024: Das Herz öffnen

Samstag, den 04.05.2024: Sich für das Positive entscheiden

Von 10 – 13 Uhr

in der Tai Chi-Qi Gong-Schule, Rabenstraße 6, Pforzheim

Kursgebühr 35 Euro



Informationen und Anmeldung:

Daniela Arnolds

Yogalehrerin BYO/EYU

www.yoga-daniela-arnolds.de

kontakt@yoga-daniela-arnolds.de

0174/8026162