



YOGA Mitte

sich bewegen - entspannen - meditieren



Sein lassen – Loslassen – Sich verlassen

Im Üben erfahren, wie sich das besondere Jahr 2020 ausgewirkt hat.

Welche Spuren, welches Denken haben sich eventuell verstärkt oder verändert?

Ist es möglich:

- SEIN zu LASSEN was ist
- EINLASSEN auf Veränderung und Neues
- AUSLASSEN von nicht Heilsamen
- LOSLASSEN von Druck und Angst
- VERLASSEN auf die Unberührbarkeit des innersten Wesenkerns

Termin: Samstag, 09.01.2021

Zeit: 15.00h – 19.00h

Kosten: € 60.-

Kursleiterin: Margit Rettenmoser-Purin

Anmeldung und Infos: office@yoga-mitte.at

YOGA Mitte

Resselstraße 18/1 · 6020 Innsbruck

Mail: office@yoga-mitte.at oder

Telefon: 0677 – 63 11 39 96