



Yoga & Klangreise – Entspannung von Körper und Geist

Wann: Samstag, 12.12.2020 von 15.-17.30 Uhr

Kosten: 30,00 EUR (Bezahlung bei Anmeldung, damit ist der Platz reserviert)

Ablauf: Wir starten mit einer 60-minütigen Yogapraxis (sowohl für Anfänger als auch Geübte geeignet). Anschl. wird Christine eine ca. 30-minütige Einweisung in die Klangwelt geben.

Klangschalen, Gongs, Monochord, Zimbel, Indianerflöte, Klangspiele und... und... und führen dich innerhalb kurzer Zeit in eine erholsame Tiefenentspannung (Dauer ca. 60 Minuten).

Kursleiterinnen:

Christine Schmidt: Christine ist Hypnose-Coach TMI, Entspannungstrainerin und Klangpädagogin und gibt seit 2016 dieses Wissen weiter. Ihr Anliegen ist es, den Menschen durch Entspannung zu helfen wieder mehr zu sich selbst zu finden - für mehr Lebensfreude und seelisches Gleichgewicht.

Tanja Loos-Lermer: Tanja leitet das Zentrum und ist seit März 2019 ausgebildete Yogalehrerin BDY. *„Yoga und Entspannung hat mein Leben verändert und ich möchte gerne mein Wissen und Erfahrung weitergeben.“*

Anmeldung bei Tanja Loos-Lermer (Yogalehrerin BDY/EYU)

Mobil: 0170-9331136,

Mail: tanja@yogawelt-burghausen.de

www.yogawelt-burghausen.de