

Kundalini-Yogakurs für Frauen



09.04.-04.06.
18:30 - 20:00
8 Termine
in Kerstlingerode



Kundalini Yoga stärkt deine körpereigene Kraft und erweckt die natürliche Lebensenergie. Das Yoga wirkt neben dynamische Bewegungen durch bewusste Atmung, Meditation und Mantra. Körper und Geist beruhigen sich, Stress wird abgebaut und Wohlbefinden entsteht.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.



Kosten: 50- 80,- nach Selbsteinschätzung
Ermäßigung auf Anfrage.
Schnuppern und Einstieg auch später möglich.



Anmeldung unter
familienzentrum.gleichen@evlka.de
05592-927003

