

40 Tage Kundalini Yoga für JedeN

Stärkung des Rückens | Unterstützung des Immunsystems



„Im Kundalini Yoga ist das Wichtigste die Erfahrung. Deine Erfahrung geht direkt in dein Herz.“

Yogi Bhajan

Ich hab Rücken

04.06. – 13.07.2019

6:30 – 7:30 Uhr und
18:00 – 19:00 Uhr

Garten des Tibet Kailash Hauses
Wallstraße 8, 79098 Freiburg
bei schlechten Wetter im großen
Zelt im Garten.

Die Kundalini Yoga Lehrerinnen und Lehrer aus Freiburg laden Sie ein, 40 Tage Yoga mitzumachen.

Die Übungsreihe für die Wirbelsäule ist für Jede und Jeden geeignet. Nach 40 Tagen werden Sie merken, wie Ihr Körper von der regelmäßigen Übung profitiert. Sie fühlen sich **fitter und beweglicher**, die Stimmung ist ausgeglichener, und Sie spüren Ihre eigene Kraft und Ihre Fähigkeiten!

Nutzen Sie die Unterstützung der Gruppe fürs Durchhalten. Sagen Sie Freunden und Verwandten Bescheid.

Bringen Sie ihre Kinder mit!

Sie können es sich leisten, denn Sie bestimmen selbst, wieviel Sie dafür spenden möchten.

Die Lehrer spenden ihre Unterrichtsstunde. Die kompletten Spendeneinnahmen gehen an die „Freiburger Straßenschule für Jugendliche“ und an die „Women of light Foundation“.

Sie sind herzlich eingeladen!

Kundalini Yoga

*Selbstvertrauen
und ein Bewußtsein für
die eigene Kraft sind die
besten Voraussetzungen
zum Lieben und
zum Glücklichsein. YB*

Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und Unterlage mitbringen.

www.kundaliniyoga-bw.de
www.pranajio.com