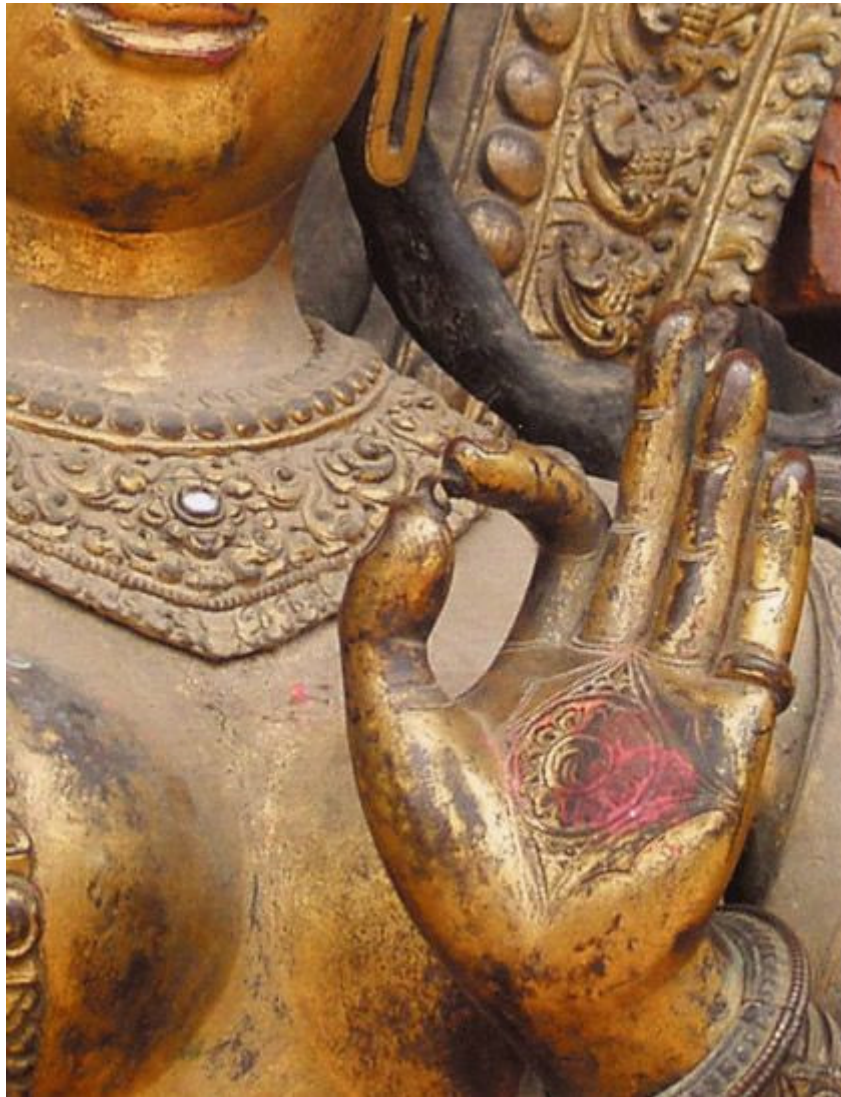


Der Weg der friedvollen Kriegerin



Yoga des Herzens und weibliche Urkraft

Der Archetyp der Yoga Kriegerin

Wahrhaftigkeit und authentischer Ausdruck als Weg

Workshop Inhalt :

- Deinen Körper als Tempel deiner Seele stärken
- Yoga Asanas und Mudras der friedvollen Kriegerin
 - Tanz von Shiva und Shakti
- Essentielles aus der Yogaphilosophie in dein Leben integrieren
 - Dich selber ermächtigen um dich wertvoll zu tragen
 - Deine Grenzen zu respektieren und wahren
- Mut und Disziplin üben und für deine persönlichen Werte einzustehen
- Schöpferisch zu sein und dein Herzensprojekt zu teilen
 - Klarheit ausstrahlen
 - Intuition, Demut und Hingabe zulassen
 - Yoga Nidra mit Sankalpa

Bist Du bereit deinem Leben mehr Sinn und Freude zu geben?

Erlaube Dir das zu sein was Du jetzt schon bist



Der Weg der friedvollen Kriegerin



6./ 7 Juni 2020

Kurszeit

Samstag 10.00 bis 17.30 Uhr

Sonntag 10.30 bis 16.00 Uhr

CHF 360.--

Max 10 Teilnehmerinnen

Open Level

Yoga Erfahrung von Vorteil

Kursort:

Schule für Yoga und Tanz

Unterer Zielweg 117

4147 Dornach

Kursleitung

Mona Grigolo

Yogateacher / Mental Coach / Tänzerin / Astrologin / Hypnotherapeutin

www.yoga-und-tanz.ch

076 371 11 42

monagrigo@bluewin.ch