Berge & Yoga

Veranstaltung:	**Yoga und der Aufbau von Seelenkräften** Anfänger und Geübte
Kategorie:	Yoga
Anforderung:	Anfänger
Termin	**08.04.2024** 17:00Uhr
Dauer:	Mo 08.04.24-13.05.24 / 17:00-18:00 Uhr / 6 Abende
Anmeldeschluss:	01.04.2024
Treffpunkt/Ort	Yogaraum in Neubeuern, Hohenaustraße 16
Kosten:	EUR 75,- / Person
Gruppengröße:	4 bis 8
Leitung:	Martin
Ausrüstung:	**Ausrüstungsliste für einen YOGA-Kurs** Bequeme Kleidung ISO-Matte oder Decke evtl. ein Kissen um am Boden zu Sitzen
Beschreibung	

Thema des Kurses

die 3 Seelenkräfte des Denkens, Fühlens und des Willens und ihre

Bedeutung für Gesundheit und Wohlbefinden

Hierzu ein Gedanke von Heinz Grill aus dem Buch ?Übungen für die Seele":

?Eine Seelenübung will den Menschen im Denken veredeln, im Empfinden beziehungsfreudiger vertiefen und im Willen strukturieren und stabilisieren. Die Entwicklungsfrage dieses Übungsansatzes bezieht sich deshalb nicht auf einen äußeren Fortschritt im Sinne einer Technik oder des materiellen Wohlstandes, sondern auf den Menschen und seine werdende Seelenreife."

Es werden klassische Yogaübungen praktiziert. Sowohl der Anfänger wie auch der Fortgeschrittene Teilnehmer wird nach seinen individuellen Möglichkeiten gefördert.
Â
Bitte bequeme Kleidung und Decke oder Yogamatte mitbringen.
6 Abende a 1 Std

Berge & Yoga
C. & M. Heiß
Hohenaustr. 16
83115 Neubeuern

Kontakt
info@berge-yoga.de
08035/876281

Bankverbindung
VR-Bank Rosenheim-Chiemsee eG
Konto: 8113572 IBAN: DE08 71160000 0008 113572
BLZ: 71160000 BIC: GENODEF1VRR