Katholische Erwachsenenbildung
Rottal-INN-Salzach e.V.

Yoga als ganzheitliche Therapie - Kurs 2

Vier Einheiten

Mo 26.02.2024, 19.00 - 20.30 Uhr

Ort:
Altötting, Yoga-Raum, Werner-Bergengruen-Str. 10, 84503 Altötting

Ein überliefertes Wort von Aristoteles "Wir können den Wind nicht ändern, aber die Segel richtig setzten." formuliert das Ziel von Yoga, das eine ganzheitliche Wirkung für Leib und Seele, Geist und Bewusstsein zur Folge hat. Geübt wird in allen Gruppen der " Integral Yoga" mit ganzheitlicher Wirkung!.
Persönliche Bedürfnisse werden vorrangig erfüllt. Alle Übungen fördern die Heilung der Geist-Seele-Leib-Einheit!, auch die anerkannten neuen Erkenntnisse sind ebenso ein wesentlicher Teil wie die achtsame Einfühlung in die eigenen Wünsche wie z.B . Streßabbau. Atemruhe, Vaguszustand, Herzintelligenz, Herzensfriede, Gedankenruhe. Weitere Infos bei der Seminarleiterin.

Die Kurse sind auch ohne Vorkenntnis und für alle Altersgruppen geeignet.

Referentin:
Hildegard Bittmann

Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e. V.
Kapellplatz 8 (Dekanatshaus)
84503 Altötting

Tel. 08671 - 41 44
Fax 08671 – 84 671
info@keb-ris.de
www.keb-ris.de

Katholische Erwachsenenbildung
Rottal-INN-Salzach e.V.

Kosten:
60 Euro (pro Kurs)

Veröffentlichungsdatum: 24.07.2023

Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e. V.
Kapellplatz 8 (Dekanatshaus)
84503 Altötting

Tel. 08671 - 41 44
Fax 08671 – 84 671
info@keb-ris.de
www.keb-ris.de