




Yoga des Herzens

„Alles, was das Herz begehrt“ , „das Herz am rechten Fleck tragen“, „ein Stein vom Herzen fallen“, „etwas auf dem Herzen tragen“ ...

„Hand aufs Herz“..... wer von uns kennt sie nicht:
all die Redewendungen und Gefühle
rund um unser 

Der Raum des Herzens ist ein Ort, an dem es viel Licht, aber auch viel Dunkelheit geben kann.
Licht symbolisiert die schönen Gefühle, wie Liebe, Freude, Dankbarkeit und Mitgefühl.
Dunkelheit herrscht bei Ärger, Wut und Trauer.

Fühl dich eingeladen, in diesem Workshop Kontakt zu deinem eigenen Herzen aufzunehmen.
Mit sanften Herzöffnern, Atemübungen und einer Meditation wollen wir unserer Herzensenergie neu begegnen.
Die Vorfreude auf diesen Workshop lässt mein Herz schon jetzt ein wenig stolpern...

also fass dir ein Herz und
melde dich gern bis zum 31.01.2020 an.

Email: yogamo@freent.de

Tel / whatsapp: 0162 8 59 59 79

Wann: 28.02.2020 von 18:00 – 19:30 Uhr
Wo: Yogaschule Ahimsa, Schwaan
Kosten: 15,00 Euro

