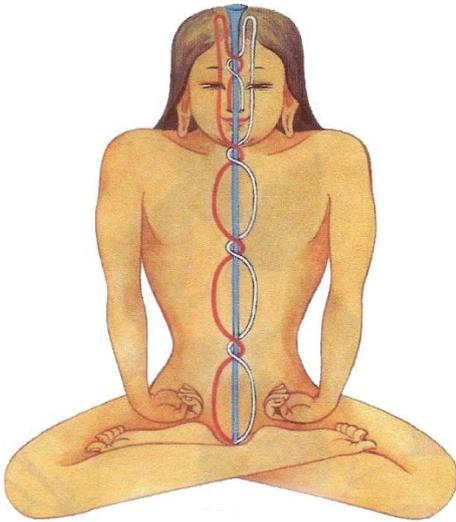


TSA LUNG - Tibetisches Yoga



Diese Praxis arbeitet mit dem komplexen System der Kanäle & Chakren (Tsa, skr. Nadi) und inneren Wind-Energie (Lung, skr. Prana). Mithilfe einfacher Körperübungen (meist im Sitzen) in Kombination mit bestimmten Atemtechniken und meditativen Visualisierungen werden alle Blockaden und Ungleichgewichte des subtilen Körpers gereinigt und harmonisiert. Mentale Entspannung, emotionale Ausgeglichenheit und körperliche Gesundheit werden gefördert, unsere Lebensenergie nachhaltig gestärkt.

Workshop zum Kennenlernen

Sonntag, den 25.2., 15-18h, 39 EUR

Villa Dahlmann, Dahlmannstr. 12, Göttingen



Anmeldung bis zum 15.2. unter

www.lenkatarayoga.com

Tara Yoga • Dr. Lenka Jirouskova, zertifizierte Yogalehrerin