

BEGEGNUNG MIT DEN SINNEN

EIN YOGASEMINAR ZUM ENTSPANNEN,
LOSLASSEN UND GENIESSEN

23.-26. JANUAR 2025

In diesem Yogaseminar befassen wir uns intensiv mit unseren Sinnen. Du erfährst, wie sie funktionieren und lernst wie du Dich im Alltag vor Reizüberflutungen schützen kannst. Ausserdem werfen wir einen Blick auf die Yogaphilosophie und vertiefen die Erfahrungen in einer täglichen Yogapraxis. Sinneserlebnisse drinnen und draussen runden das Programm ab.



Anmeldung Claudia Diemand,
Dorfstrasse 74, 8105 Watt
Tel- 078 751 33 36
claudia.diemand@gmail.com

Kursbeginn:
Donnerstag
23. Januar 2025, 19:15 Uhr

Kursende:
Sonntag
26. Januar 2025, 14:30 Uhr

Yoga University
Rue Neuve 1
2613 Villeret

Kurskosten: Fr. 440.-
inkl. Kost und Logie
(EZ-Zuschlag Fr. 45.-)

Kursleitung:
Claudia Diemand
Claudia Lardi
Livia Schnyder
Katharina Fassbind

wir freuen uns auf Dich