

Samstag, 18. April 2020:

Yoga und Herzlieder

Ein Glücks- und Erfrischungstag für Körper, Geist und Seele

Was: Wir fühlen uns lebendig, wenn wir von etwas begeistert sind.
Aber wie finden wir neuen Schwung in unserem Leben?
Wie erhalten wir die Lebendigkeit in unserem Geist und Körper?
Wie passen Herzlieder und Yoga zusammen?

Mit Humor und Freude entdecken wir das Wechselspiel zwischen Kraft und Loslassen, Stabilität und Leichtigkeit, Dynamik, Gesang und Stille.

Ein Workshop für alle, die sich nach Weite im Fühlen und Denken sehnen und sich selbst begegnen wollen. Ganz nebenbei räumen wir auf mit Vorurteilen, nicht singen zu können oder nicht beweglich zu sein...

Es sind keinerlei Vorkenntnisse nötig.

Wann: Sa, 18. April 2020
10:00 – ca. 14:30 Uhr

Wieviel: **49,00 EUR**
inkl. Mittagessen

Leitung: Jana Thiele
Carola Laux



Bitte bringt bequeme Kleidung und warme Socken mit!

Anmeldung: www.atelier-kirschbluete.de