



## „Lass Dein Licht leuchten“ ... von innen heraus strahlen

- Möchtest Du Dein Strahlen stärken?
- Wünschst Du Dir, in unsicheren Zeiten entspannter sein zu können?
- Möchtest Du Dich noch mehr für den Raum der inneren Stille und des Lichts öffnen?

In Dir leuchtet ein zeitloses inneres Licht. Wenn Du Dich tief mit Dir verbindest und Dich für den Raum der Stille öffnest, kannst Du immer mehr die Präsenz dieses Lichtes spüren und wahrnehmen. Aus der Verbundenheit mit Dir kann Dein inneres Licht mehr und mehr nach außen strahlen und sichtbar werden. Dadurch beginnt Deine Präsenz für Dich zu wirken. Du beginnst innere Ruhe, Vertrauen und Würde auszustrahlen.

Ich lade Dich ein zu einem Yogakurs mit vielen stärkenden Yoga- und Atemübungen, tiefer Entspannung und Meditationen, um Dein Strahlen zu stärken und von innen heraus zu leuchten.

Termine	Mittwoch von 19:30 bis 21:00 Uhr am 09.11. + 16.11. + 23.11. + 30.11. + 07.12.2022
Kursleitung	Julia Frühauf, Kundalini Yogalehrerin Stufe 1 (3HO) und Stufe 2 (KRI), Entspannungskursleiterin (BYVG)
Ort	online und live in meinem Zoom-Raum, Zugangsdaten schicke ich vorab zu
Gebühr	80,- € ganzer Kurs, 17,- € einzelne Abende (inkl. ausführliche Handouts)