



„Die Kraft von Shakti“ ... entfalte Dich

- Was wünschst Du Dir für Dich und Dein Leben?
- Ehrst Du Deinen Körper und fühlst Dich wohl in ihm?
- Fühlst Du Dich frei, Deine Träume zu verwirklichen und zu leben?

Uns allen wohnt eine ursprüngliche schöpferische Kraft inne, die viele von uns leider gar nicht wahrnehmen. Wir wollen in diesem Kurs Zugang zu ihr finden, sie fließen und sich entfalten lassen. Dein Körper ist der Tempel dafür.

Ich lade Dich ein zu vielen stärkenden Körperübungen, Deinen Energiefluss zu harmonisieren, die Atmung zu vertiefen, zu entspannen und die Meditation zu genießen.

Termine	Mittwoch von 19:30 bis 21:00 Uhr am 16.10. + 23.10. + 30.10. + 06.11. + 13.11. + 20.11. + 27.11. + 04.12.2019
Kursleitung	Julia Frühauf, Kundalini Yogalehrerin Stufe 1 (3HO) und Stufe 2 (KRI)
Ort	Kursraum Bessunger Campus, Bessunger Straße 70, 64285 Darmstadt
Gebühr	136,- € ganzer Kurs, einzelne Abende 19,- €
Mitbringen	bequeme Kleidung, eine Unterlage oder Matte, eine Decke für die Entspannung, ggf. ein kleines Kissen zum Sitzen und 1 Flasche Wasser

Anmeldeschluss: Bei freien Plätzen ist ein Einstieg in den Kurs jederzeit möglich.