YOGASCHULE NIEDER-HILBERSHEIM
DR. KARIN BITZ – HEILPRAKTIKERIN
FACHMEDIZINISCH GEPRÜFTE YOGALEHRERIN (DYL/EYU)
YOGA UND ENTSPANNUNG, FUSSREFLEX- UND ENERGIEBEHANDLUNG

HAUPTSTRASSE 34 | 55437 NIEDER-HILBERSHEIM
TELEFON: 06728-94161 | E-MAIL: K.BITZ@T-ONLINE.DE
WWW.YOGA-BITZ.DE

DIE BEDEUTUNG DER ASANAS

Mittwoch, 2. Oktober 2019 | 18 Uhr

Warum üben wir Yoga? Wie wirkt Yoga? Welche Bedeutung haben die verschiedenen Asanas? Sowohl spirituell als auch gesundheitlich! Wie hilft Yoga heilen? Welche Übung ist gut bei welcher Krankheit und welche gar nicht?

An ausgesuchten oder gewünschten Yoga Positionen wollen wir diesen Fragen nachgehen – nicht nur theoretisch, sondern gleich ausprobieren und selber wahrnehmen.

Yoga für Gesunde oder solche, die es werden wollen. Yoga für ein ausgeglichenes, glückliches Leben in Frieden und Harmonie mit sich selbst und anderen.

Kosten: 25,00€ pro Person | Anmeldung und weitere Infos bei Dr. Karin Bitz