

JETZT
ANMELDEN
ZUM KRANKEN-
KASSENKURS

YOGA - EIN GANZHEITLICHER ZUGANG

07. JUNI 2021 10X MO&DO 7:30-8:45



VIA LIVE-STREAM
& wenn möglich im
Soul Yoga Garching

ALS BONUS
mit Kursmanual
mit Aufzeichnungen

*Wir freuen uns auf
Dich!*

JETZT
ANMELDEN
ZUM KRANKEN-
KASSENKURS

10 THEMEN FLEXIBEL, AUF ALLEN EBENEN

MEDITATION, PRANAYAMA, KRIYA,
ASANA



*Wir freuen uns auf
Dich!*

FUNDAMENT (DHARMA)

Lebensfluss (Vinyasa)
Körper Ebenen (Koshas)
Qualitäten (Gunas)
Energiekörper (Nadis)

SÄULEN (BANDHAS)

Individuum (Alignement)
Einstellung (Maitri)
Körperentgiftung (Kriya)
Eigene Praxis (Sadhana)