

KUNDALINI – YOGA

DAS YOGA FÜR KÖRPER UND GEIST



Befreien Sie sich von Hektik und Stress des alltäglichen Lebens. Schalten Sie ab und nehmen Sie sich Zeit für sich selbst.

Spüren Sie sich atmen, durchatmen, aufatmen. Lernen Sie durch klassisches indisches Yoga Ruhe, Ausgeglichenheit, inneres Glück und Zufriedenheit zu erlangen. Schöpfen Sie aus Ihrer neu gewonnenen Mitte und erleben Sie Vitalität, Kraft und Energie.

Jeder kann mit Yoga beginnen. Egal ob Mann oder Frau und egal welches Alter und körperliche Fitness.

Zeit für sich nehmen...
sich pflegen und es sich gut gehen lassen ...
etwas für die Gesundheit tun ...
für eine Weile Spannung und Entspannung genießen.

ICH FREUE MICH

Teresa Annunziata
Dharam Darshan Kaur
Geprüfte & zertifizierte
Kundalini Yoga Lehrerin

WANN

Dienstags,
19:30 – 21:00 Uhr
Informationen und Anmeldung
Mobil: 0173/6831984
Mail: Yogadate@online.de

WO

Physiotherapiepraxis
Barbara Haid
Marienplatz 1
70178 Stuttgart

