

Workshops Meridian-Yoga

Die Yogapraxis verbindet die verschiedenen Aspekte der Jahreszeiten, Elemente, Meridiane, Organe, Seelenaspekt, Emotionen.... & den dazugehörigen Themen miteinander.

Dabei werden entsprechende Sets aus dem Kundalini Yoga gewählt.

Zudem gibt es Anregungen & Tool's wie wir selber sanft, achtsam und gesund durch die Zeit floaten können. Abschluss des Workshops ist ein gemeinsames Mittagessen, welches der Jahreszeit entsprechend zubereitet wird.

(Plane Dir bitte noch extra Zeit zum ankommen & ausklingen lassen ein 😊)

Weitere Daten:

Sa 11. Jan.`25 – "Die Wirbelsäule & Das Nicht-Denken"

Sammelmeridiane: Zentral- & Gouverneursgefäss

Sa 15. März`25 - "Frühling"

Holz – Leber&Gallenblasen Meridian

Sa 10. Mai`25 - "Sommer, Teil 1"

Feuer – Herz&Dünndarm Meridian

Sa 05. Juli`25 – "Sommer, Teil 2"

Feuer – Perikard&Dreifacher Erwärmer

(weitere Daten für 2025 folgen)

Kosten:

CHF 95.- (inkl.Mittagessen)

Die Workshopreihe kann Einzel oder als Jahreszyklus gebucht werden (10%Rabatt).

Einstieg jederzeit möglich.

Ort:

Yogashala

Seestrasse 14 (nähe Bahnhof), Thun

