



## Was spürst Du?

**kum nye** ist ein altes tibetisches Übungssystem, das Körper und Geist harmonisieren und integrieren möchte. Mit meist langsamen Bewegungsübungen wird Energie angeregt, losgelassen und entfaltet. Zentral ist das Spüren und Erfahren, das zur Entspannung führen kann. Es kann Stille und ein Gefühl innerer Präsenz entstehen.

### Workshops:

Samstag, den **27.05.2023**: Stress umwandeln

Samstag, den **01.07.2023**: Das Herz öffnen

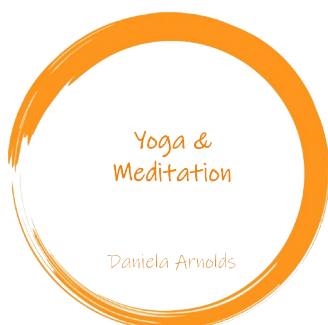
Von 10 – 13 Uhr

in der Tai Chi-Qi Gong-Schule, Rabenstraße 6, Pforzheim

Kursgebühr jeweils 31 Euro

---

### Informationen und Anmeldung:



Daniela Arnolds

Yogalehrerin BYO/EYU

[www.yoga-daniela-arnolds.de](http://www.yoga-daniela-arnolds.de)

[kontakt@yoga-daniela-arnolds.de](mailto:kontakt@yoga-daniela-arnolds.de)

0174/8026162