

Kundalini YOGA

Körperübungen-Meditation-Mantra-Mudras-Klänge-Entspannung

Kundalini Yoga kennenlernen

Kundalini Yoga bringt dich in Verbindung mit deinem Körper,
mit deiner Wahrnehmungsfähigkeit und deiner Intuition.

Was ist Kundalini Yoga?
in den Worten von Dr.Gurucharan Singh...

„Yoga ist die Fähigkeit in uns eine Einheit herzustellen, eine Vereinigung, eine
Berührung und ein Verständnis.

Yoga im Herzen ist **Mitgefühl**.
Yoga im Einsatz ist **Vorzüglichkeit**.
Yoga als Geisteshaltung ist **Intuition**.
Yoga ist also nicht nur **Körperhaltung**.

Yoga ist ein Erfahren von Bewusstheit wie wir in Beziehung stehen
zu uns selbst und allem was uns umgibt.

Kundalini Yoga gibt dir die Kraft den Weg deines Herzens zu gehen.
Den Weg deiner Individualität und Einzigartigkeit
sanft in diese Welt zu tragen.“



May the long time sun shine upon you.
All love surround you. And the pure light within you.
Guide your way on!



Bernhard
Handsteiner-Prieler

Kundalini Yogalehrer

**Pfadfinderhaus
Gleiß**

Waidhofnerstr. 26
3332 Gleiß

Termine 2023

20.Februar
5.März
12.März
2.April
9.April
16.April

19:00-20:30

Mitzubringen

Yogamatte
Decke, Trinkflasche
evtl. Sitzkissen

1 Einheit 17€
3 Einheiten 50€
6 Einheiten 90€

ANMELDUNG: 0650/4172909 oder bernhard.handsteiner@gmx.at

www.akal-yoga.at