

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

19.September
26.September
03.Oktober
10.Oktober
17.Oktober
07.November
14.November
21.November
28.November
05.Dezember

19:00-20:30

Mitzubringen

Yogamatte
Decke, Trinkflasche
evtl. Sitzkissen

1 Einheit 17€
5 Einheiten 75€
10 Einheiten 145€

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

www.akal-yoga.at