



S H A N K H P R A K S H A L A N A

12. – 14. April 2024

Namaste liebe Yogini !

Namaste lieber Yogi !

Das jährlich Reinigungsritual S H A N K H P R A K S H A L A N A ist ein integrativer Teil der Yogapraxis.

Mittels Salzwasser Trinken wird der Verdauungstrakt von der Mundhöhle bis zum After gereinigt.

Das Ritual ist erfolgreich, wenn das getrunkene Salzwasser den Körper über den After so klar verlässt wie es in die Mundhöhle hinein gekommen ist.

Die Reinigung wirkt sich auf alle Körperzellen aus.

Durch diese Reinigung wird der Körper beweglicher, die Flexibilität nimmt wahrnehmbar zu.

Die Zellen der Gelenke werden gereinigt und frei von Ablagerungen (AMA) und Rückständen (Toxinen).

Ebenso wird das Gewebe gereinigt. - Muskulatur, Bänder und Sehnen werden wieder elastisch.

Die Reinigung S H A N K H P R A K S H A L A N A wirkt sich auch auf die grauen Gehirnzellen aus.

Konzentration und Gedächtnis werden verbessert und aktiv. Der Geist wird frei.

Dieser kurze und intensive Reinigungsprozess bewirkt eine körperliche, seelische und geistige Erneuerung.

S H A N K H P R A K S H A L A N A ist eine präventive Maßnahme um verschiedenen Krankheiten vorzubeugen und stärkt das Immunsystem.

Bei Allergien (Überempfindlichkeitsreduktion) - Viralen Infektionskrankheiten (Grippe, Erkältungskrankheiten, SARS, MERS-Coronavirus, Long-Covid) – Krebs.



Yoga Institut Vienna



Die beste Zeit für diesen Reinigungsprozess ist die milde und warme Jahreszeit, das Frühjahr.

Der Termin für S h a n k h p r a k s h a l a n a : Fr. 12. - So. 14. April 2024 |
Beginn Fr. 17:00 Uhr - Ende So. 12:00 Uhr.

Seminarort: Seminarhof Schleglberg, Holzhäuseln 12, 4681
Rottenbach/Hausruck, OÖ.

Seminarbeitrag: EURO 150,00 | Frühbucherbonus EURO 140,00

Seminarraummiete: EURO 45,00

Anmeldung: T: +43 650 6027720 | Mail: yoga@yoga-institut.at

Ich freue mich auf die gemeinsame reinigende Yoga-Erfahrung.

Mit lieben yogischen Grüßen

hari OM

Reinhard | Hrdaya