



Forschungsprojekt des Vereins Aurum Gaia

Durch **sanfte Körperübungen** (Asanas), **Atemübungen** (Pranayama), **Meditation** und tiefe **Entspannung** (Yoga Nidra) die **Kraft der Sanftheit** in deinem Körper und Geist erleben und die Qualitäten von **Maitri**, einer inneren und äußeren Haltung des Wohlwollens, der Freundlichkeit und Güte dir selbst und dem Leben gegenüber kultivieren. Mögen wir somit immer wieder Kraft und Inspiration aus unserer Mitte, unserer Herzensverbindung schöpfen und uns in unserem Fühlen und Denken, Sein und Wirken in Klarheit, Anmut und Liebe ausrichten.

***8 Termine:** jeden Dienstag ab **11. April bis 30. Mai 2023**

***Ort:** **Kriya Loka** in Attersee, Abtsdorf 44-45

Projektbeitrag für Vereins-Mitglieder (Aurum Spirit Institut / Aurum Gaia Verein):

***gesamte Periode: 120,- Euro** (= 15,- Euro pro EH) ggf. zzgl. **Vereinsmitgliedschaft** (s.u.)

***Drop-In: 20,- Euro** pro EH ggf. zzgl. 2,- Euro **Tagesmitgliedschaft**

***Erstmalige Schnupper-Stunde: 15,- Euro**

Jahresmitgliedschaft: 20,- Euro / Vereinsmitgliedschaft pro Kursperiode: 5,- Euro

Falls du gerne mehr dazu erfahren bzw. teilnehmen möchtest, melde dich gerne bei mir:
Tel. 0650 6463136 oder info@aurum-gaia.com

Ich freue mich auf Dich ❤️
Eva-Maria

Maitri ist ein Wort in Sanskrit मैत्री und bedeutet Freundschaft, Güte, Wohlwollen, Freundlichkeit zu allen Wesen. Als *Maitri Bhavana* wird im Yoga die Entwicklung und Kultivierung von Mitgefühl bezeichnet. Durch die Kultivierung von *Maitri* werden negative Emotionen transformiert und ein Gefühl der allgemeinen Verbundenheit und Einheit erzeugt. (s. Yogawiki)

Weitere Infos >>> *Vereins-Like-Seite: www.fb.me/AurumSpiritVerein *Telegram- Kanal: <https://t.me/AurumTribe>