



Yogakurse und Workshops Sommer 2022



Auch heuer gibt es wieder die Möglichkeit Yoga im Sommer zu üben.

Alle Kurse bzw. Workshop`s finden in Schildbach im Zentrum für Körper, Geist und Seele statt:

Sommercard - € 65,00

Montag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
18.00 h Schwangeren Yoga 19.30 h Yoga all Level`s	19.00h Yoga all Level`s	Mantren Einheit 19.00– 20.00h Access Bars - 18.00 – 19.00h Yoga Nidra – 19.30 – 20.30h	8.00 - 9.00h Waldbaden 9.15-10.30h YinYoga/Yogilates
04. Juli 2022	06. Juli 2022	07. Juli – Mantren Einheit	08. Juli – YinYoga
11. Juli 2022	13. Juli 2022	14. Juli – Access Bars Austausch*	15. Juli- Yogilates
18. Juli 2022	20. Juli 2022	14. Juli – Yoga Nidra	22. Juli- YinYoga
25. Juli 2022	27. Juli 2022		29. Juli – Yogilates
01. August 2022	03. August 2022	11. Aug – Mantren Einheit	05. Aug. –YinYoga
08. August 2022	10. August 2022	18. Aug – Access Bars Austausch*	12. Aug. -Yogilates
22. August 2022	17. August 2022	18. Aug – Yoga Nidra	19. Aug. -YinYoga
29. August 2022	24. August 2022		26. Aug. -Yogilates

***Unkostenbeitrag Access Bars Austausch - € 25,00**

Mit der Sommercard können alle angebotenen Einheiten besucht werden.

Besitzern von Blöcken wird pro Termin eine Einheit abgeschrieben.

Sonstige: Preis pro Einheit Euro 12,-- (Sommertarif)

Info und Anmeldung unter: Tel 0660-4680041 oder info@yogania.at

Sommer Workshops

Verbindliche Anmeldung unter: Tel 0660-4680041 oder kurse@yogania.at

Mindestteilnehmer: 6 Personen

Zauberhafte Sommer Malas knüpfen – 108 mal mehr als Schmuck Freitag, 29. Juli – Beginn: 17h

Eine Mala kann dich bei deiner Meditation unterstützen – doch viele Menschen tragen sie inzwischen einfach als hübsches, kraftvolles Accessoire. Wer sich ein besonders schönes Unikat gönnen möchte, der kreierte und knüpft es sich am besten selbst und bezieht eigene Themen ein, oder lässt sich ganz von seiner Intuition leiten. Die ausgewählten Steine wirken positiv auf die Chakras, das eigene Sternzeichen, und harmonisieren Körper, Geist und Seele. Jedes Stück wird abschließend energetisch gereinigt und aufgeladen, bevor es seine begleitende Kraft entfalten darf.

Unkostenbeitrag: € 45,00 zuzüglich Materialkosten

Yoga und die wilde Weiblichkeit Do, 25. August von 18.00 – 21.00 h

Auf die weibliche Art im Flow sein! Nie zuvor waren wir Frauen so frei, selbstbewusst und selbstbestimmt wie heute. Wir können und dürfen alles. Aber machen wir es auf die weibliche Art? Tauche mit diesem Workshop ein in ein neues Körper- und Lebensgefühl. Finde wieder zurück zu deiner weiblichen Kraft, mit liebevoll-kreativen Yoga-, Achtsamkeits- und Meditationsübungen. Deine Seele wärmt sich bei einer Kakaozeremonie! Schönheitstipps und Rezepte - für mehr Frauenkraft, inklusive. Yoga Flow der 4 weiblichen Kraftzentren. Amazone, Lebenskünstlerin, wilde Königin, weise Frau - sei herzlich willkommen!

Unkostenbeitrag: € 45,00

Access Bars Austausch:

Do, 14. Juli und Do, 18. August - jeweils von 18.00 – 19.00h

Alles was du über Access Bars® wissen mußt....

Auf einfache und wohltuende Weise werden sogenannte negative Gedanken und Emotionen, Glaubenssätze und Blockaden durch Berührung von 32 energetischen Punkten auf deinem Kopf in Ordnung gebracht. Du kannst dabei entspannen und das energetische Spiel in deinem Körper genießen. Diese Methode führt zur inneren Ruhe, Frieden, Glückseligkeit und Gedankenstille.

Access ist der Quantensprung durch den Veränderung in jedem Lebensbereich erreicht werden kann (Familie, Arbeit, Beziehung, Sex, Geld, physisches und emotionales Trauma, Körpergewicht, Gewohnheiten uvm.) Es gibt keinen Bereich der nicht angesprochen und verbessert werden kann!

Durch das sanfte Berühren der 32 energetischen Punkte am Kopf können wir Blockaden lösen und Veränderung in uns zulassen.

Heilung wird leichter möglich, Schmerzen können deutlich gelindert werden!

Im schlechtesten Fall wirst du dich nach der ersten Behandlung fühlen, als hättest du die beste Massage deines Lebens erhalten, und bestenfalls wird sich dein ganzes Leben in totaler Leichtigkeit zum Positiven verändern. Keine Vorkenntnisse nötig! Dauer ca. 1h.

Energieausgleich: € 25,00

Ein Abend der tiefen Entspannung mit Yoga Nidra

Do, 4. August von 18.00 – 21.00h

Yoga Nidra ist eine der wirksamsten Methoden zu Stressbewältigung.

Sie fördert den Heilungsprozess auf allen Ebenen, bewirkt eine tiefe Entspannung auf der mentalen, emotionalen und physischen Ebene.

Gönne dir diese Auszeit und tauche in ein wunderbares Gefühl der Gelassenheit und Geborgenheit ein.

Unkostenbeitrag: € 45,00