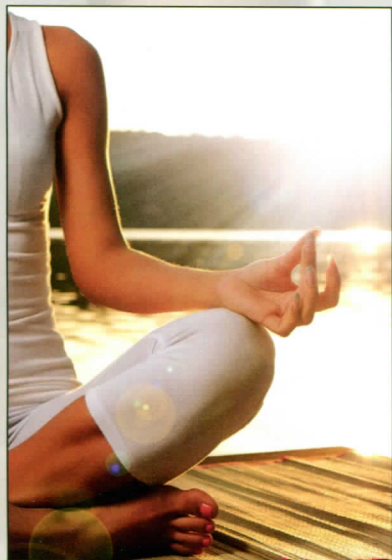




Kundalini Yoga Kurs

Die Yoga des Bewusstseins

mit Ravi Sangeeta Kaur



Möchtest du deinen Tag mit Harmonie, Wohlbefinden und totaler Entspannung beenden? Deine Gesundheit ist dir sehr wichtig, aber du weißt nicht, wie du dauerhaft körperlich, seelisch und mental fit bleiben kannst? Dann ist **Kundalini Yoga** das richtige für dich!

Kundalini Yoga kombiniert Atemtechniken, Mantras und Meditationen, sodass du das Wohlbefinden von Anfang an spürst. Du entwickelst ein starkes Immunsystem, ein starkes Nervensystem, gute Durchblutung, vitale Drüsen und ein Bewusstsein über die Auswirkungen deiner Gewohnheiten.

Der Kurs beginnt am 18.10.2018 und findet immer donnerstags von 17:00 bis 18:30 Uhr

**im Gymnastik Studio Cornelia Strietzel
Zur Vegesacker Fähre 2, 28757 Bremen statt**

10 Einheiten à 90 Minuten kostet 120€

Kontakt per Handy: M. Broszio 01622451666

Email: ravisangeetakaur@gmail.com



Bring bitte bequeme Sportkleidung aus Baumwolle, Socken, eine Decke (für die Entspannung), ein kleines Yogakissen o.ä. und Wasser zum trinken mit.

Ich freue mich auf zahlreiche Anmeldungen bis zum 12.10.2018!

Sat Nam

Ravi Sangeeta Kaur



Kundalini Yoga Kurs

im Gymnastik Studio Cornelia Strietzel
Zur Vegesacker Fähre 2, 28757 Bremen

Kontakt per Handy: M. Broszio 01622451666

Email: ravisangeetakaur@gmail.com