Seminar in Kelkheim - *Eine neue Form – ein Tag voller Vielfalt und Tiefe* -



Klare Linien und Freie Räume

Ein Tag für die Vielfalt und Lebendigkeit des Yoga

Dieser Seminartag lädt dazu ein, tiefer in die vier Dimensionen des Yoga einzutauchen und sie im eigenen Erleben miteinander zu verbinden: Meditation – Mantra – Atem – Körperübungen.

Eine Zeit zum Innehalten, Spüren, Bewegen und Lauschen – und um die Lebendigkeit des Yoga in ihrer ganzen Vielfalt zu erfahren.

Dabei ist viel Raum für Fragen, die sich zeigen und die wir unmittelbar aufgreifen und gemeinsam erkunden können.

Ebenso gibt es Raum für individuelle Unterstützung und persönliche Begleitung, damit jede und jeder das eigene Erleben vertiefen und die persönliche Yogapraxis auf ganz eigene Weise erfahren und bereichern kann.

Tagesstruktur: 09.00 bis 13.00 Uhr / Pause / 15.00 bis 18.00 Uhr

Pause und gemeinsamer Ausklang

In der Mittagspause können wir unser mitgebrachtes Essen miteinander teilen und gemeinsam genießen. Gleichzeitig bleibt genügend Zeit, sich zurückzuziehen, auszuruhen oder einfach einen Moment für sich zu sein.



Für einen gemütlichen gemeinsamen Ausklang am Abend bietet sich ein Essen beim Inder an. Wer gerne dabei sein möchte ist herzlich willkommen – die Teilnahme ist selbstverständlich freiwillig.

Datum: 13.März 2027

Kosten: 100€

Wo: *Friedrichstrasse 6, 65779 Kelkheim*

bei Tanja Wiethoff, https://www.twpilates.de

Anmeldung per E-Mail an: imlotmitdir@gmx.ch

freue mich sehr auf diesen Tag, Alles Liebe

Hari Om
Herzlich
Urs