

SHEORAN YOGA

**Montag 17.9. bis 19.11.2012
von 19.30 bis 21.00**

Eine speziell leicht durchführbare Übungsform aus dem

Integralen Yoga
nach Swami Sivananda
und Dr. Krishan Sheoran

Beinhaltet: Körperhaltungen, Körperwahrnehmung, Tiefenentspannung, Atemübungen, Meditation, sowie positives Denken.

Auf genaue Durchführung der Asanas (Körperhaltungen) wird geachtet.

Wo: Feelings Seminarzentrum, 4532 Rohr
Kurseinheit: 10 Einheiten zu je 90 min
Kurspreis: € 110,00
Anmeldung: Helga Manesha Stadler,
07258 / 3277 od. 0699 104 11 531 und
Feelings Seminarzentrum unter
office@feelings-seminarzentrum.at
0664 520 18 61

Bequeme Kleidung: Bitte Matte, Polster und Decke mitbringen.

Für weitere Informationen stehe ich gerne zur Verfügung