26-72933 Yoga der Energie für Fortgeschrittene

Entgelt	48,00 €
Dauer	8x
Kursleitung	Waltraud Gottwald
Kursort	Rangauhaus Dachgeschoss, Rangaustraße 10, 90613 Großhabersdorf

YOGA der Energie für Fortgeschrittene
Durch das bewusste und achtsame Üben mit dem Körper und dem Atem erfahren wir unsere Blockaden, die sich als Verhärtung der Muskulatur, psychische Spannungen, Schutzhaltung usw. äußern.
Die Lebensenergie wird angeregt und das Gleichgewicht durch Abbau der Blockaden wieder hergestellt. Visualisierungen, Energielenkungen, Tiefenentspannung und Meditation unterstützen den Prozess der Erneuerung.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
01.10.2026	10:00 - 11:30 Uhr	Rangauhaus Dachgeschoss
08.10.2026	10:00 - 11:30 Uhr	Rangauhaus Dachgeschoss
15.10.2026	10:00 - 11:30 Uhr	Rangauhaus Dachgeschoss
22.10.2026	10:00 - 11:30 Uhr	Rangauhaus Dachgeschoss
29.10.2026	10:00 - 11:30 Uhr	Rangauhaus Dachgeschoss
12.11.2026	10:00 - 11:30 Uhr	Rangauhaus Dachgeschoss
19.11.2026	10:00 - 11:30 Uhr	Rangauhaus Dachgeschoss
26.11.2026	10:00 - 11:30 Uhr	Rangauhaus Dachgeschoss

zur Kursdetail-Seite