sraddhā – Vertrauen

28.2. - 2.3. 2025

Was ist zu erwarten?

āsana-Praxis	- in tiefem Vertrauen zum eigenen Körper
prānāyāma-Praxis	- weiches Atmen, sanft gelenkt
ॐ	- Stille -
ein wenig Theorie	- was bedeutet Vertrauen, was ist die Quelle?

Eingeladen sind: **Yoga – Erfahrene und - Lehrende**
Kosten: **200,00 €**
Ort: **Natur-Heil-Praxis Trögner**
Alfelder Straße 14 a, 31199 Hildesheim
Anmeldung bei: **Jutta Mönnig, mail@parinama.de**

Ich freue mich darauf mit euch dieses Wochenende zu verbringen!

Jutta Mönnig **mail@parinama.de**
Tel: 05121 – 283 55 77