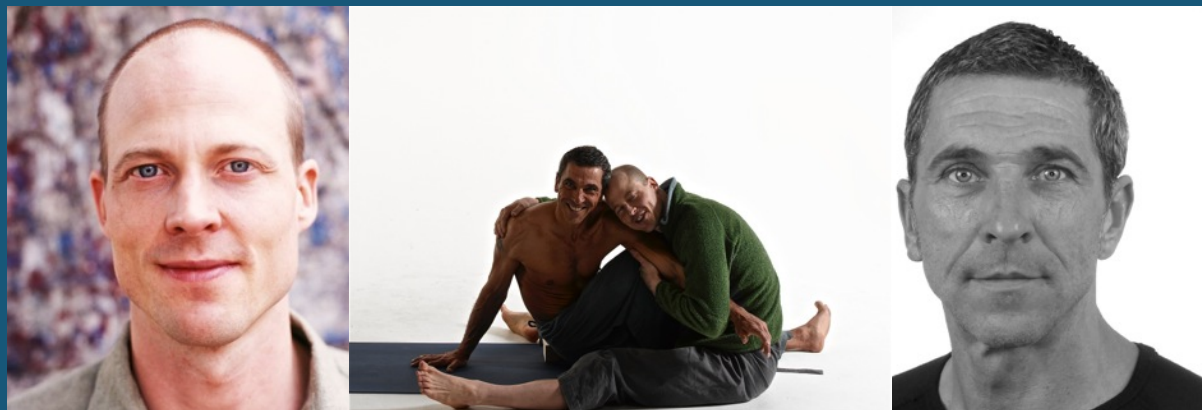


WORKSHOP

Eröffnungsworkshop bei NaradaYoga

Mit Dr. Ronald Steiner und Ralph Otto am Samstag, den 08.02.14



NaradaYoga nun auf 230qm in neuem Ambiente.

Lasst uns gemeinsam praktizieren, schlemmen, philosophieren und meditieren.

Du hast die Möglichkeit mit Ronald im traditionellen Ashtanga Yoga Mysore Style zu üben oder parallel dazu mit Ralph einen Vinyasa Mix zu erleben.

Nach der Praxis werden wir alle gemeinsam im Rahmen einer Vedischen Zeremonie die Schule einweihen.

In der Mittagspause werden wir Köstlichkeiten vom Restaurant Muskat genießen.

Am Nachmittag tauchen wir gemeinsam in die Philosophie und Meditation ein.

Samstag	9:00 - 11:00	Vinyasa Asana Mix im Flow mit Ralph	Für Alle Yogis und alle Levels
	9:00 - 11:00	Parallel dazu	Für Ashtanga Yogis
		Ashtanga Mysore Style mit Ronald	
	11:00 - 12:00	Vedische Zeremonie	Eröffnungsritual
	12:00 - 13:00	Mittagspause leckeres Essen	Vom Muskat Erlangen
	13:00 - 14:30	Lebensnahe Philosophie Frage/Antwort	Mit Ronald und Ralph
	14:30 - 15:30	Meditation und Philosophischer Ausklang	

Preis: 90,-€ ermäßigt 80,-€ inkl. Essen

Anmeldung und Info: ralphotto@naradayoga.com bei Ralph

Ralph Otto: www.naradayoga.com

