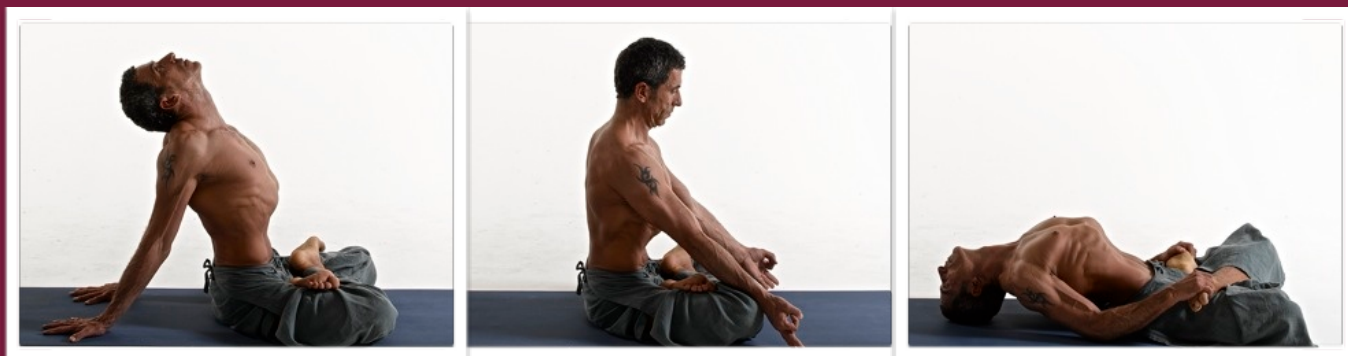


WORKSHOP

Ashtanga-Vinyasa-Yoga bei SOLIS

Mit „Narada“ Ralph Otto vom 17.03. - 18.03.12



* Vinyasa *

Wenn die Bewegung mit dem Atem verschmilzt

* Die Form folgt der Funktion *

Das Prinzip von Alignment

* Citta Prasadana *

„Der in sich ruhende, klare Geist“

Samstag	9:00 - 12:00	Anatomisch korrektes Üben der 1. Hälfte der 1. Serie	14:00 - 16:00	Vinyasa Flow Rückbeugen Playground
Sonntag	9:00 - 12:00	Anatomisch korrektes Üben der 2. Hälfte der 1. Serie	14:00 - 16:00	Pranayama Meditation

Preis: 170,-€ ermäßigt 150,-€

Anmeldung bis zum 15.02.12 Frühbucherrabatt 150,-€

Anmeldung und Info: www.solis-yoga.de Angelika Goedecke

Ralph Otto: www.naradayoga.com

