



5 Elemente Workshopserie auf der Matte im Samadhi Yogastudio Bad Schallerbach Holz – Die kreative Kraft und Bewegung

Die 5 Elemente der Traditionellen Chinesischen Medizin sind gesundheitsfördernde Begleiter durch unser Leben. Dieses Wissen stärkt Körper, Geist und Seele, schenkt Kraft im täglichen Leben und hilft im Umgang mit Menschen.

Ein ausgeglichenes Holz Element lässt dich Pläne schmieden, hoffnungsvoll aufbrechen und schafft Mut, Visionen zu folgen.

Was erwartet dich beim Element Holz Workshop

- ◆ Kraft auftanken
- ◆ Infos über die Organe Leber, Gallenblase aus Sicht der TCM
- ◆ Do-In/Meridian Yoga/Shiatsuübungen auf der Matte
- ◆ komm in Kontakt mit deinen Organen und spüre diese
- ◆ Entspannung und Meditation
- ◆ Handfestes, womit du dich und dein Potenzial entfalten kannst

Element Holz **Sa. 23.04.22 von 9:00 - 12:00 Uhr** **€ 50,-**

Kursort **Samadhi Yogastudio Grieskirchner Str. 7, 4701 Bad Schallerbach**

Voranmeldung per Mail: carina@shiatsu-kraft.at, oder per Telefon: 0650/8119119

Vorschau

Mai: Fr. 13. - So. 15.05.22 „Do In / Meridian Yoga“ Kurstage in Schloss Puchberg

Juni: Fr. 10.06.22 / 09:30 - 12:00 Uhr „Element Feuer - Gib deinem Herzen Flügel“ in der Natur

Am besten kommst du in bequemer Baumwollkleidung. Bring bitte Yogamatte, Decke, Polster und etwas zum Schreiben mit.

Ich freue mich auf dich!

Carina Kraft
Dipl. Naikido Shiatsu-Praktikerin
Do-In/Meridian-Yoga/Shiatsuübungsleiterin
www.shiatsu-kraft.at

