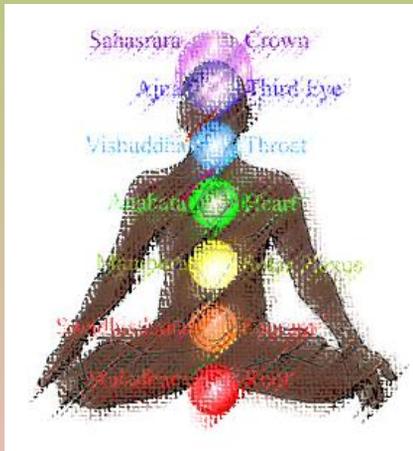


Shakti Dance Workshop mit Indra Kaur



Chakra Energie

Samstag den 1.10. 2011
14:00 – 17:00



Kundalini Yoga Zentrum
München



Shakti Dance® ist das Yoga des Tanzes, Es verwandelt den Tanz in eine yogische Praxis voller Kreativität und Lebendigkeit. Fließende Asanas dehnen sanft und erlauben Körper und Geist tief zu entspannen. Rhythmische, stehende Bewegungen und Tanzschritte in Koordination mit dem Atem ermöglichen, alte Energien loszulassen und führen direkt in einen harmonischen Zustand höherer Schwingungsebene und Energie.

Chakren (Chakra, Sanskrit für Rad, Kreis) bezeichnen feinstoffliches Energiezentren, die den physischen mit dem feinstofflichen Körper verbinden und mit Energie versorgen. Jedes Chakra hat dabei seine eigene Schwingung und spezifische Qualitäten. Ist der Energiefluss in einem Chakra gestört oder blockiert, hat das unvermeidlich seine Auswirkung auf Körper, Geist und seelische Verfassung. **In diesem Workshop werden wir die Chakren tanzend erkunden und ihren Energiefluss durch Bewegung, Rhythmus, und Klang harmonisieren und stimulieren. Dabei wird uns eine besondere mantrische Choreographie, die in einem tantrischen Heilkreis mit dem Narayan Mantra ausgeführt wird, wirkungsvoll unterstützen.**

Infos & Anmeldung

Schriftliche Anmeldung erbeten bis 28.9.11
Kostenbeitrag 35,- €, ermäßigt 30,- €, Barzahlung vor Ort.

Kundalini Yoga Zentrum München
Kaiserstr. 13, 80801 München-Schwabing
Kontakt: Indra Kaur, Tel. 0177-2088323
Email. indra@k-yoga.de, Web. www.k-yoga.de



Indra Kaur
Kundalini Yoga (Stufe2)
und Shakti Dance
Lehrerin, mit Fortbildung
in Sat Nam Rasayan I+II