



Der Weg zu Deiner persönlichen Mala ein Workshop mit Simran Kaur

Eine Mala ist eine Kette bestehend aus 108 Perlen, häufig Edelsteinen, die durch einen Seidenfaden miteinander verknüpft sind. Sie ist ein heiliges Instrument für die Meditation und das Gebet und unterstützt Dich in der Praxis beim Rezitieren von Mantras.

Simran Kaur

kreiert Malas für die Meditation. Sie ist Kundalini Yoga Lehrerin, Therapeutin und Lehrerin für Sat Nam Rasayan sowie Massage-Physiotherapeutin.

Zentrale Grundlage sind für Simran Kaur ihre Ausbildungen in Kundalini Yoga bei Yogi Bhajan und in Sat Nam Rasayan bei Guru Dev Singh. Dazu kommen über zwanzig Jahre des persönlichen Studiums bis Simran Kaur das heilerische Potential der traditionellen Malas zu meistern lernte.

Sie ist weithin für ihre wunderschönen, reinen und heilenden Malas bekannt.

Nun ist die Zeit reif und sie bietet an, ihre Geheimnisse mit Dir zu teilen!

Kursinhalte

- Die Auswahl der zu mir passenden Steine
- Reinigung und Gebet
- Die passende Form für Heilung finden
- Meditieren und in Mantren eintauchen

Und das Wissen anwenden von

- Sat Nam Rasayan
- Nummerologie
- Kristall-Therapie
- Mantra

Wann

Juli, 2013

Samstag 6: 10:00 - 18:00 Uhr

Sonntag 7: 09:00 - 17:00 Uhr

Wo



Kundalini Yoga
Zentrum München e.V.

**Kundalini Yoga Zentrum
Kaiserstr. 13
80801 München**

Info & Anmeldung

Gertrud Burger

Tel 089 7213 670

Sandeshk@k-yoga.de

Kosten

Frühbucher €160 / erm. €145
bei Überweisung bis 11 Juni
danach €180 / erm. €165

Ermäßigung für Mitglieder des
Yogazentrums, Schüler/Studenten,
Erwerbslose

Bankverbindung

Kundalini Yoga Zentrum München
Konto 115 170 383
BLZ 701 500 00 Sparkasse
München
Stichwort: "Mala"

Nach der gründlichen Vorbereitung durch diesen Workshop zeigt Simran Kaur die abschließenden Knüpfeschritte zur eigenen Mala in einem später geplanten Workshop.