

Endlich Klarheit

Samstag 06.07.2019

09:00 – 17:30 Uhr



**Klarkommen -
mit mir, mit anderen,
mit dem Ganzen**

Kai Michaelis



Kundalini Yoga Zentrum
München

Deine Vorsätze bleiben auf der Strecke?
Wohlmeinende Gespräche eskalieren?
Das ‚Eigentliche‘ erneut aus den Augen
verloren?

In diesem Workshop nutzen wir
Kriyas, Atemübungen, Meditationen,
um gezielt die eigene Wahrnehmung
zu schärfen, und klarer zu erkennen.

Wir erkunden innere Klarheit, Klarheit
im Ausdruck, und in unserer Beziehung
zum Transzendenten, zum Ganzen.
Wir erkennen vielleicht vertraute
Muster, wie wir uns selber davon
abhalten in uns zu ruhen was auch
immer kommen mag, und beginnen sie
aufzulösen.

Grundkenntnisse im Kundalini Yoga
sind hilfreich, aber keine Bedingung.

Samstag, 06.07.2019 von 9:00 – 17:30
Preis: 80€ / YZ Mitglieder 70€
Anmeldung erbeten; min 6 Teilnehmer

Information und Anmeldung

Kundalini Yoga Zentrum München,
Kaiserstr. 13, 80801 München

E-Mail Kai@K-Yoga.de
Web www.k-yoga.de

Kai Michaelis

praktiziert Kundalini Yoga seit über 38 Jahren
als Schüler, Lehrer und
Ausbilder. Besonders
interessiert ihn, mit
Yoga und Meditation
im alltäglichen Leben
miteinander bewusster,
zufriedener und
glücklicher zu leben.

