Yoga & Räuchern - lass die Seele baumeln

mit Claudia und Silvia

In diesem Workshop legen wir bewusst den Fokus auf unsere Seele. Mit einer speziellen Kundalini Yoga-Übungsreihe und einer Heilmeditation wollen wir Impulse setzen, um entspannter und achtsamer den Alltag zu meistern. Das Räuchern von passenden Kräutern, Blumen und Harze intensiviert die Reise nach Innen.

Sonntag, 01.12.2019 15:00 - 19:00 Uhr
„HerzRaum“
Dettinger Str. 43, Kirchheim/Teck

Anmeldung bei Silvia Palma oder Claudia Rudolf unter:

herzraum@silvia-palma.de / claudiarudolf@aol.com

Kosten: 35€ / www.silvia-palma.de

Bitte Matte, Decke und warme Socken mitbringen. Für Getränke und Snacks ist gesorgt.