

Yoga und die Kraft des Klangs

Samstag, 11.02.2023, 17 - 19 Uhr



**„Wir kommen aus dem Klang,
wir sind Klang
und wir gehen zurück in den Klang“.**
(Nada-Brahma)

Mit Körper-, Atem- und Klangübungen
zur inneren Sammlung und Stille finden.

Inhalte:

- Asanas und der Klang des Atems
- Klangmassage und Klangreise
- der äußere und der innere Ton

Vorkenntnisse mit Yoga- und Klangübungen
sind nicht erforderlich.

Bitte großes Handtuch oder Decke
und Gymnastikkleidung mitbringen.

Kursgebühr: 30,- €

Seminarleitung:

Jörg Wolfer, Yogalehrer BDY/EYU

Ulrich Wachter-Sigel, Klangkunst

Infos unter www.raumfueryogaundmeditation.de

Veranstaltungsort:

Simply Yoga,
Vogelsangstr. 10, 73728 Esslingen

Anmeldung:

Bitte schriftlich anmelden bis 04.02.23 bei
j.wolfer@annai.de