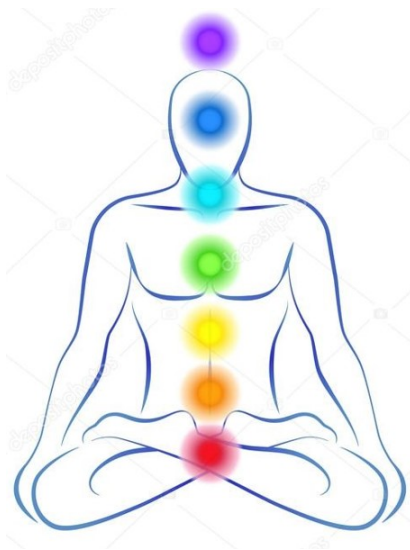


Chakren-Yoga-Workshop zur Stärkung der eigenen Energie

Im Yogastudio Kleinseelheim
am Sonntag, 1. März 2026



von 10.00 – 13.30 Uhr

Teilnehmerbeitrag: 60,- Euro inkl. MwSt.

Energiearbeit wirkt auf Körper, Geist und Seele und führt zu mehr Harmonie, Stabilität und Lebensenergie - innere Zustände, die durch regelmäßige Yogapraxis erreicht werden können.

An diesem Vormittag möchte ich mit euch die sieben Energiezentren in unserem Körper, auch Chakras genannt, durch entsprechende Atem- und Yogaübungen entdecken und stärken. Durch Chakra-Yoga wird der Energiefluss im Körper angeregt, Blockaden können gelöst werden. Kann die Energie frei fließen, hat das positive Auswirkungen auf Körper, Geist und Seele: die Immunabwehr wird aktiviert, der Kreislauf stabilisiert, Organe bleiben gesund, wir finden innere Ruhe, Gelassenheit und geistige Klarheit. Es ist ratsam, sich für den Nachmittag Zeit zum Nachklingen und Nachwirken zu schenken!

Verbindliche **Anmeldung** bitte bis spätestens 22. Februar an:

kontakt@yogaundcoaching-ksh.de

Bei Rückfragen melde dich gerne per E-Mail oder unter: 0160-99 11 51 30

Teilnehmerzahl: mind. 5, max. 10; bei Absage bis 2 Tage vor Kursbeginn berechne ich den halben, bis 24 Stunden vorher den vollen Betrag, es sei denn, es kann eine Ersatzperson gefunden werden (in diesem Falle berechne ich 5,- Euro Verwaltungsgebühren); bitte beachte auch meine **AGB**

Yoga-Coaching-Training – Dipl.-Päd. Anja Gretzschel

Teichstr. 6 - 35274 Kirchhain-Kleinseelheim - www.yogaundcoaching-ksh.de