

isayoga special

Sonntag 22. Dezember | 10 – 12 Uhr | € 35,-

108 Sonnengrüße

Meditation in Bewegung

mit Isabelle Bartmann und Agnes Balawejder-Busch

Erlebe mit uns den Zauber der 108 Sonnengrüße und lasst uns Körper, Geist und Seele vereinen!

Spüre die Kraft und Energie des Sonnengrüßes. Überwinde in dieser **dynamischen und kraftvollen Praxis** Deine Widerstände und laß **Deinen Geist ganz ruhig werden**, bis Du in eine Form der Meditation eintauchst. Vom Atem getragen, schenkst Du jeder Bewegung Deine Aufmerksamkeit und Achtsamkeit. **Dein physischer Körper wird gereinigt und gestärkt und Dein Energieniveau deutlich angehoben**, sodass Du **strahlend** nach 108 Sonnengrüßen in Savasana liegen wirst.



Die Zahl 108 ist in vielen Ländern eine Glückszahl und hat sehr viele verschiedene Bedeutungen – **erlebe dieses Glück nach den 108 Sonnengrüßen!**



Anmeldungen unter E-Mail: info@isayoga.de oder Telefon: 0171 - 83 13 490

Da die Teilnehmerplätze begrenzt sind, ist dein Platz erst nach Zahlungseingang verbindlich gesichert. Eine Stornierung muss eine Woche vor Veranstaltungsbeginn erfolgen. Danach wird der gesamte Betrag einbehalten und es können keine Kosten mehr zurückerstattet werden. Es kann jedoch ein Ersatzteilnehmer benannt werden. Bei Nichterscheinen, Krankheit oder anderen Gründen, können keine Kosten erstattet werden.