

YOGA mit „Adesh“

DURCHATMEN & LOSLASSEN

Einführungsveranstaltung zum Kennenlernen

So 11. Dezember 2011, 10.00 Uhr – 16.30 Uhr / 50 €

(Pause 12.30 Uhr – 14.30 Uhr – wir essen in der Villa Gilla zusammen zu Mittag) *

NEU!

ab 2012 wöchentliche Kurse**

NEU!

Dienstag 20.00 – 22.00 Uhr / 20 €

Sonntag 16.45 – 18.45 Uhr / 20 €



Kundalini-Yoga nach Yogi Bhajan® ist ein „dynamisches“ Yogasystem mit Körper-, Meditations- und Atemübungen.

Seit Anfang 2007 beschäftige ich mich intensiv mit Yoga und Meditation. Inspiriert durch meine 3jährige Ausbildung zur Sat Nam Rasayan® Heilerin, habe ich 2009 erfolgreich meine Kundalini-Yoga Lehrer Ausbildung abgeschlossen.

Jetzt möchte ich Sie in die Geheimnisse des Yoga einweihen.

Veranstaltungsort: **Villa Gilla – im Tennisclub Grün-Weiß-Rot Buderich**
Hülsenbuschweg 51, 40667 Meerbusch-Buderich

Bei Interesse rufen Sie mich gerne an.***

0173-74 359 36

Adesh Kaur / A. Pelzer

Montags bis Freitags bin ich am Besten zwischen 14–17 Uhr telefonisch erreichbar.

Ich freue mich auf Sie!



Bitte mitbringen: bequeme Bekleidung, Unterlage, Decke, Kissen, Wasser & ein ☺

* auf eigene Rechnung

** Termine können sich aufgrund von Veranstaltungen ausfallen. Bitte vorher anrufen.

*** Bitte haben sie Verständnis dafür, dass ich die Teilnehmerzahl auf höchstens 10 Personen begrenzen möchte.