

SOMMERWOCHE 2020

Thema: PRĀNĀYĀMA - DIE KUNST DER ATEMREGULIERUNG

- Blockaden lösen
- Beruhigung des Geistes (Yoga Sutra 2.52/2.53)

In dieser Woche befassen wir uns mit den praktischen Aspekten des Prānāyāma, besonders im Zusammenhang zwischen ATMEN und FÜHLEN, sowie der direkten Einbindung des Atems in die vegetativen Steuerungssysteme.

Wir stellen uns die Frage:

Wie finde ich das passende Prānāyāma für meine eigene Praxis, den Gruppen- und Einzelunterricht.

Zeit: 11.07. – 15.07.2020 (29 UE)

Ort: Schloss Wasmuthhausen

Seminargebühr: 250 €

Ablauf: Sa: 18 Uhr
So - Die: 10 - 13 Uhr und 15 - 18 Uhr
Mi: 10 - 13 Uhr
Abends frei oder nach Absprache

Referentinnen: Barbara Lehmann und Alexandra de Neufville

Wir bitten wegen der Vorreservierung in Wasmuthhausen um baldige Anmeldung bei uns.
Bitte die Zimmer dort selbst reservieren!

Anmeldung zur Sommerwoche 2020

Hiermit melde ich mich zur Sommerwoche vom 11.07. – 15.07.2020 verbindlich an.

Ich überweise bis spätestens Kasseler Sparkasse
3 Wochen vor Beginn der DE 46 5205035300118167 20
Sommerwoche 250,00 € Stichwort: Sommerwoche 2020

.....
Name, Vorname

.....
Adresse

.....
Ort, Datum

.....
Unterschrift