

Neuer Kurs



Kundalini Yoga

Infos und Anmeldung bei:

TV 1877 Waldhof e. V.
Jürgen Kugler
Tel. 0621 787848

Geschaeftsstelle@TV-Waldhof.de

Kundalini-Yoga wird auch als
das Yoga der Erfahrung bezeichnet.

Verbinde Körper, Geist und Seele

Kundalini harmonisiert Körper, Geist und Seele durch Haltung und Bewegung, Konzentration und bewusste Atemführung. Dynamische Yogaübungen und eine anschließende Meditation sorgen für Entspannung, Vitalität und Gesundheit.

Dies wiederum führt zu mehr Lebensfreude, Gelassenheit und neuer Energie zur Bewältigung des Alltags.

Man braucht für die Teilnahme keine besonderen Voraussetzungen oder Vorkenntnisse.

Dienstags von 10:00 Uhr – 11:30 Uhr

beim TV 1877 Waldhof e. V.
Boehringer Straße 5, 68307 Mannheim (am Sportpark)

Kursleitung: Mo Zuber
Start: 26.04.2016
10 Termine a 90 Minuten

Gebühr: 55€ für Mitglieder,
90,- Euro für Nichtmitglieder /10er Karte