



## Yoga bei den Lamas

Stephanie Klier praktiziert einen dynamischen Vinyasa Stil mit Herz-Fokus: Ayurveda, Energiearbeit und Schutzmechanismen. Im Prinzip handelt es sich um Hathayoga mit dem Schwerpunkt Vinyasa und Kundalini.

Sie unterrichtet ein sehr energetisches, kraftvolles Yoga mit Fokus auf die Vinyasa-Flow-Technik und natürlich unsere Chakren.

Dazu gehören auch Mantras, Mudras, Chanting und/oder Meditation...

...und das Ganze in einer besonderen Umgebung ... bei den Lamas ...

**Sei dabei und genieße die außergewöhnliche Zeit**

**...mit Yoga bei den Lamas...**

19 € / Person / 90 Minuten

...im Anschluss gibt es einen Tee für alle ☺

Termine: 29.06.2024 u. 21.07.2024 jeweils von 9.00-10.30 Uhr