



YOGA-WEITERBILDUNG

Körperpraxis nach Kum Nye mit Herzqualität

Bei diesem Kurzseminar wollen wir mit Körperübungen aus Kum Nye, das auch als tibetisches Heilyoga bezeichnet wird, in die Stille finden. Aus dieser Stille heraus können Freude und Dankbarkeit, Qualitäten unseres Herzens, zu fließen beginnen – für alles, was das Leben uns bietet.

Inhalte

- Meditative Körperpraxis
- Gemeinsames Meditieren
- Überlegungen zur Herzqualität

Voraussetzungen: Basiswissen zum Yogasutra ist hilfreich, aber nicht Voraussetzung für die Teilnahme.

Referentin:

Nura Kissener, Yogalehrerin BYO/EYU
Postural Integration Master; Heilmasseurin; Lebens- und Sozialberaterin; übt Yoga seit 40 Jahren und unterrichtet seit mehr als 25 Jahren; Mitglied des Ausbildungsteams Innsbruck.

Lehrer: Tulku Kyabje Dzogchen Pema Kalsang Rinpoche

Samstag, 14. April 2018

14.00 - 18.00 Uhr
(= 5 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten)

Ort: Yoga-Zentrum Innsbruck,
Resselstrasse 18/1, 6020 Innsbruck

Kosten: € 65,- für Mitglieder von Yoga Austria-BYO und € 80,- für Nicht-Mitglieder
Tipp: Yoga Austria - BYO ist „wien-cert“ und anerkannter waff-Bildungsträger!

Mehr Infos und Anmeldung:

Yoga Austria-BYO Yoga | office@yoga.at
Telefon: 01/505 36 95

www.yoga.at