

YOGAKURSE WÖCHENTLICH

Yoga & Meditation



Themenblock:

DETOX FRÜHLING 2023

SEMESTER FRÜHLING - MÄRZ & APRIL 2023

Aktuelle Wochen-Kurse

MONTAGS

18.00-19.30 Kundalini Yoga - Carola

DIENSTAGS

9.30-11.00 Kundalini Yoga - Carola
16.15-17.15 RückbildungsYoga f. Mama&Baby - Anni
18.00-19.30 Kundalini Yoga - Carola

MITTWOCHS

9.30-11.00 Yoga Schwangere - Carola
18.00-19.30 Yoga Schwangere - Anni
20.00-21.30 Kundalini Yoga - Anni

DONNERSTAGS

18.00-19.30 Kundalini Yoga - Carola
20.00-21.30 Kundalini Yoga - Carola

Live vor Ort & Online-Live (Zoom) & Replay

Das LOTUS. Naturheil- & Yogazentrum.

Hanns-Martin-Schleyer-Str. 9, 77656 Offenburg

Anmelden: 0160.4494052 / kontakt@lotus-yogazentrum.de

www.lotus-yogazentrum.de

📷 carolamariastiefvater



Themenblock:

DETOX FRÜHLING 2023

SEMESTER FRÜHLING - MÄRZ & APRIL 2023

Unser Organismus sehnt sich nach Wach werden und den Winter abstreifen.

Du wirst eine yogische Entgiftung erleben, die Deinen Körper klärt und Toxine aus Deinem System zieht.

Das Blut, die Organe und Dein Gewebe werden auf zellulärer Ebene ausgespült und neu aufgefüllt... ein sichtbares "Sparkling" in Dir und um Dich herum wird sichtbar.

Mach Dich bereit, Deinen Körper, Deinen Verstand und Deine innere Verfassung auf ganz besondere Art und Weise zu reinigen und gleichzeitig Dein elektro-magnetisches Feld stabil zu halten.

1 x DETOX SMOOTHIE inklusive (vor Ort)

Dein Treffen mit Dir selbst.

Deine wöchentliche Yogapraxis unterstützt Dich darin, über die körperlich orientierten, teils dynamischen Yogaübungen (Asanas) Deinen Körper zu erfrischen.

Mit hervorragenden Atemtechniken (Pranayamas) reinigst Du auf tiefster Ebene und die Meditationen sorgen für Frische und Klarheit auch in Deinem Mind.

Die Tiefenentspannung wirkt als Regeneration und Integration und lässt Dich wacher und leichter durch Deinen Lebensalltag navigieren.

Mit unseren Yogakursen bieten wir Dir ein hilfreiches und enorm wirksames Instrument, das nachhaltig und tief wirkt und für jede:n machbar ist, es werden immer auch Alternativen angeboten. Die Yogastunden sind herrlich abwechslungsreich und beinhalten alltagstaugliche Tipps, Humor, Inspirationen und heilsame Energie, die Dich Woche für Woche durch Deinen Alltag tragen.

Genieße die wirklich einzigartige Atmosphäre in unserem Zentrum & die unterstützende Kraft der Gruppe live vor Ort - unser moderner Spirit erreicht Dich natürlich auch via Zoom & Replay.

SEMESTER FRÜHLING 2023

DETOX - MÄRZ & APRIL

Mo. 6.3. - Do. 4.5.2023

9 Termine - 117,-

Sommer 1 2023 - Mai & Juni 2023

Mo. 8.5. - Do. 29.6.2023 , 8 Termine - 104,-

Buchung: *Buche einen festen Kurstermin / Yogalehrer:in. WochenVideo im Preis inklusive.*

Bist Du an Deinem Termin verhindert oder fällt Dein Kurstermin auf einen Feiertag, kannst Du einfach in einen der anderen Kurstermine, auch bei anderen Yogalehrer:innen wechseln - für die Live-vor-Ort Kurse bitte mit Absprache. Oder Ersatzperson schicken oder Replay nutzen.

Termine sind nicht übertragbar auf andere Semester. Unsere Semester sind meist 2-monatig.