

LIVE
ONLINE
LIVE
REPLAY

WHOLY KUNDALINI YOGA mit Carola Maria Stiefvater

Themenblock im Semester WINTER 1 2025

Mo. 27. Okt. bis Do. 18. Dez. 8 Termine 120,-

MIT YOGA INS GLEICHGEWICHT

Die richtige Balance für Deinen Alltag

Sehnst Du Dich nach einem gesunden Ausgleich zwischen Tun und Ruhen? Kennst Du Gefühle von Erschöpfung, von "es ist alles zu viel", so dass Du sogar Dinge, die Du bisher gerne gemacht hast, aus Deinem Alltag streichst?

Willst Du gesund durch den Winter kommen, durch genüssliche Yogapraxis und der richtigen Balance von Regeneration und Entspannung?

ICH ERINNERE DICH AN DICH.

STIEFVATERS NATURHEILZENTRUM

MOBIL: 0160 44 94 052 - KONTAKT@LOTUS-YOGAZENTRUM.DE



LIVE
ONLINE
LIVE
REPLAY

WHOLY KUNDALINI YOGA

mit Carola Maria Stiefvater

MIT YOGA INS GLEICHGEWICHT

Die richtige Balance für Deinen Alltag

Erlebe **Wholy Kundalini Yoga & Meditation** als eine herrliche Unterstützung für einen gesunden Körper, gerade über die Winterzeit. Gezielte dynamische und dehnende Asanas lösen Spannungen auf tiefster Ebene.

Pranayamas, Meditationen, das Chanten und Vibrieren von Mantras sorgt für eine spürbare Beruhigung Deines Nervensystems und neue Kraft für das Meistern Deines Lebensalltags.

ICH ERINNERE DICH AN DICH.

STIEFVATERS NATURHEILZENTRUM

MOBIL: 0160 44 94 052 - KONTAKT@LOTUS-YOGAZENTRUM.DE

LIVE
ONLINE
LIVE
REPLAY

WHOLY KUNDALINI YOGA mit Carola Maria Stiefvater

MIT YOGA INS GLEICHGEWICHT

Die richtige Balance für
Deinen Alltag

*Themenblock im Semester WINTER 1 2025
Mo. 27. Okt. bis Do. 18. Dez. 8 Termine 120,-*

- Mit meinen Yogakursen biete ich Dir ein hilfreiches und enorm wirksames Instrument, das nachhaltig und tief wirkt und für jeden machbar ist, es werden immer auch Alternativen angeleitet.
- Die Yogastunden sind herrlich abwechslungsreich, beinhalten alltagstaugliche Tipps, Humor, Inspirationen & heilsame Energie, die Dich Woche für Woche durch Deinen Alltag tragen.

ANMELDUNG
ZUM SEMESTER
GERNE PER MAIL
O. WHATSAPP.

KURSE CAROLA:

MO. 18.00-19.30

DIE. 9.30-11.00

DIE. 18.00-19.30

DO. 18.00-19.30

DO. 20.00-21.30

ICH ERINNERE DICH AN DICH.

ÜBERWEISUNG FÜR DIE KURSE VON CAROLA (VOLKSBANK):

IBAN: DE47 6649 0000 0006 5279 06

BIC: GENODE610G1