



LIVE
ONLINE
LIVE
REPLAY

WHOLY KUNDALINI YOGA mit Carola Maria Stiefvater

Themenblock im Semester WINTER 2 2026

Mo. 5. Jan. bis Do. 26. Febr. 8 Termine 120,-

YOGA & DER ATEM DEINES LEBENS

Willst Du mehr Regeneration und Entspannung in
Deinen Alltag bringen?

Brauchst Du ein abwechslungsreiches Yoga
Programm mit hochwirksamen Pranayama
Techniken, mit denen Du Dich selbst erhebst im
Strudel des Alltags?

Sehnst Du Dich nach dynamischen und sanften
Yoga Kriyas, die Deine Zuversicht fürs Neue Jahr
stärken und Dir den absoluten YOGA GLOW geben?

ICH ERINNERE DICH AN DICH.

STIEFVATERS Naturheilzentrum

Hanns-Martin-Schleyer-Str. 9 77656 Offenburg



LIVE
ONLINE
LIVE
REPLAY

WHOLY KUNDALINI YOGA mit Carola Maria Stiefvater

YOGA & DER ATEM DEINES LEBENS



Erlebe die transformierende Kraft des **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.

Hochwirksame Pranayamas, Meditationen und Mantra Klangstrom sorgen 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@STIEFVATERS.DE

LIVE
ONLINE
LIVE
REPLAY

WHOLY KUNDALINI YOGA mit Carola Maria Stiefvater

Themenblock im Semester WINTER 2 2026
Mo. 5. Jan. bis Do. 26. Febr. 8 Termine 120,-
YOGA & DER ATEM DEINES LEBENS

- 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 Email
oder Whatsapp

Meine Kurse:
MO 18.00 – 19.30
DI 9.30 – 11.00
DI 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**