

MITTWOCH, 20.00 – 21.30 UHR

# KUNDALINI YOGA

KURS FÜR ERWACHSENE

MIT ANNI FISCHER

---

## Im Einklang mit dir Klarheit und Ruhe zum Jahresende

Zwischen Listen, Terminen und den letzten Aufgaben des Jahres bleibt oft kaum Zeit, das eigene Herz zu spüren. Dieses Yoga-Semester schenkt dir Raum, dein Jahr bewusst zu reflektieren und in Ruhe zu verabschieden – ganz in Verbindung mit dir. Durch Atemübungen, Meditation, Kriyas und Mantras spürst du deine Energie, stärkst deine innere Stabilität und findest deinen eigenen inneren Kompass. Jede Stunde lädt dich ein, im Hier und Jetzt anzukommen, Körper und Seele zu spüren und dein Jahr im eigenen Rhythmus abzuschließen.

---

- > LIVE VOR ORT
  - > ONLINE LIVE PER ZOOM
  - > REPLAY FÜR ZUHAUSE
- 

Semester: November & Dezember

7 Termine: 105 €

2x Schnuppern: 30 €

---

SCHREIB MIR UND  
MELDE DICH GLEICH AN:

Anni Fischer

Mobil: 0176/621 123 83

Mail: [yoga-anni-fischer@gmx.de](mailto:yoga-anni-fischer@gmx.de)

---

Folge mir auf Instagram:

📷 [YOGA.ANNI.FISCHER](https://www.instagram.com/YOGA.ANNI.FISCHER)

---

Adresse: Stiefvaters Naturheilzentrum  
Hanns-Martin-Schleyer-Str. 9, 77656 Offenburg

Keine  
Vorkenntnisse  
nötig.

