



Yoga und Malen

Im Zentrum für Kreativität und Meditation
in 71665 Vaihingen - Enzweihingen
Hochdorferstr. 16

mit Kathrin Thimm und Gesine Hanson
2 Stunden Yoga
2 Stunden Malen
mit Teepause und kleinem Abendessen

Sa 26.01., 23.03. und 18.05.2019
von 14.00-18.00 Uhr

Termine bitte auch auf den unten genannten Webseiten prüfen,
da es eventuell noch zu Änderungen kommen kann.

Kundalini Yoga (nach Yogi Bhajan), das Yoga des Bewusstseins, verbindet Körper Geist und Seele auf besondere Weise. Durch das gezielte Aktivieren der Kundalini Energie, darf das volle Potential des Bewusstseins erstrahlen und in vielfältiger Weise zum Ausdruck kommen.

Der Workshop **Yoga und Malen** ermöglicht Ihnen durch gezielte Yogaübungen und Meditationen aus dem Kundalini Yoga Ihre Kreativität voll zum Ausdruck zu bringen. Sie malen im Anschluss mit Acrylbinder und Pigmenten und zusätzlichen Materialien wie Silberglitter und Goldpaste. Mitmachen kann jede/r, da weder besondere Vorkenntnisse oder Fähigkeiten für das Yoga noch für das Malen erforderlich sind. Machen Sie beim Yoga nur das, was Ihnen wirklich gut tut und gönnen Sie sich im Anschluss beim Malen die Freiheit, sich treiben zu lassen und einfach Sie selbst zu sein. Diese Kombination von Yoga und Malen wird eine ganz neue Erfahrung für Sie sein und Sie werden überrascht sein, was nach kurzer Zeit entstehen kann.

Kosten: 45,- € pro Termin

Plus geringer Aufschlag für Heizkosten in der kalten Jahreszeit bei weniger als 7 Personen.

Gruppenstärke: min. 5 bis max. 12 Personen

Anmeldung bei:

Kathrin Thimm, Bretten

07252-9739494

kathrin.thimm@online.de

www.kathrin-thimm.de

Gesine Hanson, Vaihingen

07042-13514

gesine.hanson@gmail.com

www.kre-me.de

