

ASHTANGA YOGA

BASIC - WOCHENENDE

WWW.YOGASCHULE-MAGDEBURG.DE



YOGASCHULE BOSRUP
MITTELSTR. 10
39114 MAGDEBURG
(+49) 391 - 4022262

An diesem Wochenende gebe ich eine Einführung
in die Idee und das praktische Üben
des AshtangaVinyasaYoga
Damit bist Du vorbereitet, an AshtangaYogaKlassen
überall auf der Welt teilzunehmen (MysoreStyle).
AshtangaVinyasaYoga - ist eine dynamische und zugleich
achtsame Übeweise,
...die Atem und Bewegung verbindet.
...die Asanas in definierten Reihenfolgen übt.
...die so zu einer Meditation in Bewegung wird.
Im Sinne der AYI (AshtangaYogaInnovation) werden
individuelle Möglichkeiten berücksichtigt!

Kursleitung: Gisela Bosrup (zertif. Satyananda-/AshtangaYogalehrerin)
/Assist: Leonard Bosrup
Termine: Sa/So 18. und 19. Mai 2019 - (jeweils 15.00 bis 18.00 Uhr)
Teilnehmergebühr: 70.-€ (Ermäßigung anfragen)

