

Online-YOGA-KURSE in 2021

Daran kannst Du von zu Hause aus teilnehmen

Liebe Meditierende,

im Frühjahr (genauer Termin folgt) beginnen wir mit unserem neuen vierzehntägigen ONLINE-Yoga-Kurs, den wir über die Internet-Plattform ZOOM anbieten. Viele von Euch haben über ZOOM bereits an unseren Meditationsabenden teilgenommen.

Im ersten Kurs von 10 Stunden lernen wir die Grundübungen - YOGA-ASANAS I der Rishikesh-Reihe in verschiedenen Variationen.

Für regelmäßig Übende folgt ca. ein halbes Jahr später ein Fortgeschrittenen-Kurs mit weiteren Yoga-Übungen.



Wir vertiefen die Abende, indem wir die hinter dem Yoga stehende Philosophie beleuchten. Anschließend werden wir sie aus der Sichtweise der All-Einheitslehre Shankaras – dem Advaita Vedanta – betrachten.

Kursleitung: Anke Beumann, HP, Yoga-Lehrerin (Yoga-Vidya)

Kursgebühr pro Abend 15 Euro, im 10er Abo 135 Euro

Interessenten können sich ab sofort voranmelden

Mit herzlichen Grüßen

Anke Beumann