

Mantra Garden

Music in Concert



Mantra Yoga Stunde

mit live music

Sanft und mühelos

mit Sonja & Ophelia

Termine+Ort siehe TOUR
www.mantra-garden.de

Anmeldung erforderlich

Mail: info@mantra-garden.de

Der Workshop besteht aus Yoga Asanas, Live Mantra Musik mit Gesang, Gitarre und Harmonium und Tiefenentspannung.

Wenn Hatha Yoga mit Nada (Klang) Yoga verbunden wird, stellt sich ein Gefühl des Getragen seins ein, das ein längeres und vor allem entspannteres Halten der Asanas ermöglicht.

Im **Devi-Workshop** werden „Devi“ Mantras näher gebracht. Devi ist die Mutter aller. Sie lenkt das Weltgeschehen. Lass dich spielerisch und mit offenem Herzen von den Devi Mantras berühren. Fühle dich darin geborgen, entdecke deine Fähigkeiten und wachse so über dich hinaus.

Im **Hanuman-Workshop** werden „Hanuman“ Mantras näher gebracht. Hanuman, der Affengott, ein großer Krieger, macht scheinbar Unmögliches möglich. Seine Essenz ist Vertrauen und Hingabe. Werde so zum Krieger deines Herzens.

Der Workshop richtet sich an alle, die Freude an Mantras haben, unabhängig von Alter und Yoga-Erfahrung.

Anmeldung_ Sonja Schulder 0176-78528274