

Yoga, Tanz, Mantras und Mandalas

Wer	Janine Adam & Janina Sous	Lass dich verzaubern auf einer Reise von Bewegung, Tanz, Klang, Musik und Bild und spüre, wie alles eins wird.
Wann	Dienstag 21. 07. 2015	
	13:30-17:00 Uhr	
Wo	Muschel	
Teilnehmerzahl	8 bis 10 Personen	
Voraussetzung zur Teilnahme	Bequeme Kleidung	
Benötigte Materialien	Eure Phantasie, Eure Stimme, Stifte und Papier	

Wir werden dir fließend Yogaelemente näher bringen, die dich durch die Begleitung von Klängen und Musik noch tiefer in die Erfahrung deines Körpers und deiner Seele bringen werden. Das Hören und Singen von Mantras, heiligen Klängen, wird deine Emotionen reinigen und dich in eine herzliche Stimmung bringen. Beim Malen von Mandalas kannst du deinen Geist konzentrieren und durch die Farben dein inneres Kind wieder entdecken. Der Tanz wird dich letztendlich von allem Verbrauchten und alten Strukturen befreien und dir neue Impulse geben im liebevollen Kontakt mit dir selbst und im intuitiven Austausch mit deinen Mitmenschen.

2015