

# Shakti-Yoga in Tegelort



## Erwecke die göttliche Urkraft in Dir

Yoga ist ein entspannter und gleichzeitig kraftvoller Weg für mehr Energie im Alltag, zur Förderung und Erlangung von Gesundheit, zur Entfaltung der Persönlichkeit und Erweiterung des Bewusstseins.

**Catrina Großer**, Yogalehrerin des Berufsverbandes Yoga Vidya BYV  
Yoga Siromani der Yogaschule Rainer Neyer, Vorarlberg Österreich  
Kundalini Yoga nach Reinhard Gammenthaler, Schweiz

### Yoga-Termine:

dienstags 18.30 Uhr – 20.00 Uhr

Beitrag: 11€ bei 10er-Block, 12€ bei 5er-Block, 13 € pro Abend

**Bitte Yogamatte und eine Decke mitbringen!**

Ort: Evangelisches Gemeindezentrum, Saal  
Beatestr. 29a, 13505 Berlin-Tegelort

Infos: [www.waap-shiatsu.com](http://www.waap-shiatsu.com)

Kontakt: Tel: 0172 - 54 34 256  
[katrin@waap-shiatsu.com](mailto:katrin@waap-shiatsu.com)



# Personal Yoga

*endlich nach Hause kommen!*

Sind Sie an einer eigenen Sadhana (Yoga-Praxis) interessiert?

Ich unterstütze Sie gern,  
eine auf Ihre körperlichen,  
geistigen und spirituellen Bedürfnisse  
angepasste Yoga-Praxis aufzubauen.

Es ist mir ein Anliegen, die **Asanas**  
(Körperhaltungen) zu finden, die Ihren persönlichen  
Gesundheitszustand am effektivsten fördern.  
Ich begleite Sie dabei, die besten **Atemübungen** und  
**Meditationen** zu entdecken, die Ihre Gedanken beruhigen und  
Ihren Energiekörper reinigen und stärken.

### Vorteile im persönlichen Yoga-Coaching:

**örtliche und zeitliche Flexibilität**  
**individuell auf Sie angepasstes Yoga**  
**Diskretion inkl. der Möglichkeit von Hausbesuchen**  
**persönliche und tiefgehende Beratung**

Ich freue mich auf Sie  
und Ihr einzigartiges Yoga  
von Herzen Ihre  
Yogalehrerin  
**Katrin Catrina Großer**

Tel: 0172-5434256

