

Shakti-Yoga in Tegelfort



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 immer dienstags von 9.30 Uhr – 10.45 Uhr
und 18.30 Uhr – 20.00 Uhr**

Beitrag: 49,50 Euro pro Monat oder 15 Euro pro Einheit

Bitte Yogamatte und eine Decke mitbringen!

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

Infos: www.waap-shiatsu.com

Kontakt: Tel: 0172 - 54 34 256
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 tiefergehende Beratung**

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

Tel: 0172-5434256

