

27.10.-  
08.12.25

19:00 - 20:30 Uhr  
7 Termine für jedes  
Chakra  
Kreisvolkshochschule  
Bernburg  
(Anmeldung hier)



„Ein gesunder Körper braucht einen gesunden Geist!“

Finde in diesem 7 Wochenkurs deinen Weg zu mehr Lebenskraft, Klarheit und innerer Balance. Erfahre wie du deinen eigenen Körper durch Bewegung, Meditation, Ernährung und Eigenreflexion mit greifbaren Themen und einfachen Methoden in einen natürlichen Energiefluß zurückbringen kannst. Dieser Kurs ist für dich, wenn du dich, deinen Körper, deine Verhaltensweisen und deine Gedanken besser verstehen möchtest. Ein Kurs aus interessanter Theorie, Innenschau und YogaÜbungen, um dich und deine 7 Energiezentren zu aktivieren, auszugleichen und dir neue Lebenskraft zu schenken.

# Chakren-

# YogaWorkshop

