YOGA FÜR DIE SEELE

Neu bei Prora Solitaire

Yoga ist die Körper/Geist Verbindung - Der äußere Weg der ins Innere führt, denn die Reise zu dir selbst ist die spannendste, die du je machen wirst.
Hier darfst du ganz du selbst sein.
Du darfst ankommen, zur Ruhe kommen, deine Gefühle rauslassen, über dich selbst lachen, dich herausfordern, dich annehmen.
In diesen wertvollen kleinen Klassen ist es möglich, individuell auf dich einzugehen, sodass du ein wohltuendes, entspannendes Erlebnis hast.

Alle Klassen werden mit einer geführten Meditation beendet, um deinen Geist zur Ruhe kommen zu lassen und dich mit deiner Welt in Einklang zu bringen - ein Weg zu mehr Selbstliebe und Zufriedenheit.

Wenn du magst, kannst du dir gern im Vorfeld einen Eindruck von den Klassen machen: Auf meinem YouTube Kanal üben tausende mit mir Yoga zuhause. Vielleicht ist schon etwas dabei, was du als kleinen Vorgeschmack ausprobieren magst.

Ich freue mich auf dich!

Jederzeit

auf YouTube
Cora Zen

Freitag

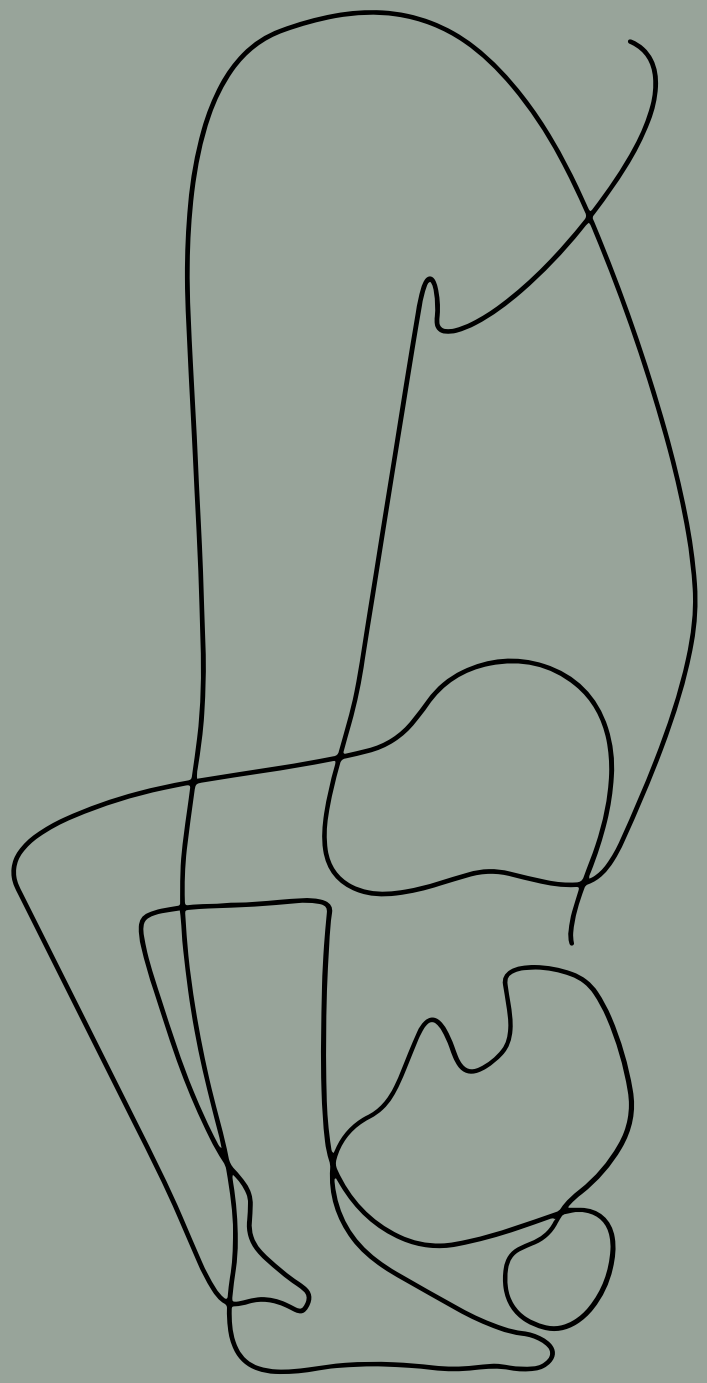
17.00 - 18.00 Uhr

Privatstunde

nach Absprache
möglich

JETZT ANMELDEN

an der Rezeption im Prora Solitaire



CORA ZEN YOGA

Prora Solitaire