



Yoga der Berührung

Arte Vida, Dreifaltigkeitsgasse 9, Salzburg Stadt

FR 12. April 2013 um 20h | Offener Abend für Interessierte

SA 13. April 2013 von 11h bis 19h | Workshop



Pierre Béguin



Organisation

Anmeldung bei Claudia Nitschke unter
c.nitschke@gmx.at | +43676 6552390

Ort: Yogahotel, Arte Vida, Dreifaltigkeitsgasse 9, 5020 Salzburg

Referent: Pierre Béguin, Berlin, email: pierre@tandava.de



- **Offener Abend:** Freitag 12. April 2013, 20h-22h; *Kosten: Euro 15,-*
- **Workshop:** Samstag 13. April 2013, 11h-14h, 15h30-19h;
Kosten: Euro 90,-
- **Einzelsitzungen** in Salzburg. n.V.; *Kosten: Euro 80,-*

Information zum Workshop

An diesem Samstag im April geht es ganz entspannt zu und du hast die Möglichkeit das Eintauchen in den Ursprung des Yoga zu erleben. Ein Tag für dich, um dich wahrzunehmen! Ein Tag zum atmen und deinen Körper gänzlich zu bewohnen.

Es ist eine hervorragende Gelegenheit für die pure Lust am Sein, oder auch einfach Freude! Genieße es das Entzücken im Körper wieder zu entdecken!

„Leben ist das, was an uns vorbeizieht, während wir damit beschäftigt sind, andere Pläne zu schmieden.“, mahnte John Lennon mit seinem bekannten Spruch und hatte seiner Zeit erkannt, wie wichtig Präsenz in jedem Augenblick ist.

Im Yoga erkennen wir, wie sehr wir unseren Gedanken die Macht geben zu definieren, was wir sind. Sobald unsere Aufmerksamkeit im Körper mitfließt, ist auch Präsenz da, wir sind dann, wie von selbst, im Einklang und Gleichgewicht mit unserem Körper und seiner Umgebung.

Yoga ist ein Ausdruck der Freiheit und nicht
die Möglichkeit sie zu erreichen.

Risiken und Nebenwirkungen: Dieser Kurs entwickelt in manchen Fällen ein Vertrauen im Umgang mit Mitmenschen, eine präzisere Wahrnehmung der Gefühle, eine Motivation zu Beziehungen, eine sanftere Intensität in der Sexualität, und im Einzelfall sind Entspannung und Glücksgefühle aufgetreten. Achtung: Außer Reichweite von Katzen halten, da Suchtgefahr vermutet wird.