

EASY FLOW

SHAKTI DANCE® MIT INDRA KAUR



Erlebe das Yoga des Tanzes. Mit fließenden, sanft dehnenden Flowing Asanas im Körper ankommen und die Energiebahnen öffnen. Mit einfachen Tanzsequenzen in den Rhythmus finden und Energie neu sammeln. Im freien Tanz die Energie fließen lassen und sich selbst ausdrücken. Tief entspannen. Stille erfahren. Mit Meditation in Bewegung ganz bei sich selbst ankommen.

Keine Vorerfahrung notwendig.

Wann: Sonntags von 10:00 – 12:00 am 1.11.2026 & 22.11.2026 & 20.12.2026

Kosten: 90€ Gesamt, 35€ Einzelstunde

Wo: Samtosha Yogastudio, Augustenstr. 80, Hinterhof, 80333 München

Lehrerin: Indra Kaur, Kundalini Yoga- und Shakti Dance® Ausbilderin.

Anmeldung: per Email an m.kessner@web.de oder mobil: 0176-12050129



<https://www.facebook.com/yogaindrakaur>