

White Sound Gong Meditation – mit Schwung in den Frühling

Ein intensives Erlebnis aus Kundalini Yoga, Pranayama, Meditation und dem Klang des Gongs



Endlich verabschiedet sich die dunkle, kalte Winterzeit und der Frühling mit seinen ersten warmen Sonnenstrahlen wird immer stärker und präsenter. Das gibt viel Energie und Freude, gleichzeitig kennen wir alle die Frühjahrsmüdigkeit, die uns etwas schläfrig werden lässt.

Lass uns durch die Kraft des Yogas und des Gongs dem mit Freude entgegenwirken, und dich von dem Gong auf eine innere Reise mitnehmen. Es ist ein Energiebooster für dein komplettes Körpersystem.

Bis hin zur zellulären Ebene wird der Körper durch die Klangwellen gereinigt und energetisiert. Belastende Gedankenmuster, Blockaden, Verspannungen und tief sitzende Emotionen dürfen sich lösen, so dass wir uns freier und lebendiger fühlen. Meditation geschieht hier von ganz alleine. Vor dem Klangerlebnis mit dem Gong findet eine intensive Yogapraxis statt, Yogaerfahrung ist nicht nötig.

"Durch die Haut zu spüren ist dein bester Zuhörer. Jede Pore ist hundertmal besser als ein Ohr. Von dort aus wirkt der Klang auf die Hirnwellen" Yogi Bhajan

Sangat Karlsruhe - Raum für Klang und Yoga

Gartenstr. 72, 76135 Karlsruhe

Samstag 01.04.2023 16:00 bis 18:00 Uhr

Kosten : 25€ - wenn Ihr euch zu zweit anmeldet

30€ - für alle Anderen

Anmeldung bei mir:

Roohani Daniela Storch

www.roohani-yoga.de

kontakt@roohani-yoga.de

Tel.: 0179 550 16 40

Ruf mich gerne an für mehr Informationen