



Yoga nach den 5 Elementen

Freitag Nachmittag
15:00 – 19:00

Nach dem Verständnis der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) lassen sich alle Dinge zwischen Himmel und Erde nach den 5 Elementen einteilen.

Bildquelle: www.lo-han-pi.de

„Holz“  „Feuer“  „Erde“  „Metall“  und „Wasser“ 

In diesem 5teiligen Workshop werden wir theoretisch in die Energie der Elemente und Meridiane eintauchen. Und die praktische Yogaeinheit lässt, uns diese Energie spüren.

24. März 2023

Holz – Frühling
Aufbruch und Expansion

Erde – Spätsommer
Aufnahme und Wandlung

08. Dezember 2023

Wasser – Winter
Speicherung und Ruhe

23. Juni 2023

Feuer – Sommer
Umwandlung und Aktion

29. September 2023

Metall – Herbst
Austausch und Reife

Ort: Kunstwerkstatt fürs Herz  und Hirn, 2214 Auersthal, Mozartstrasse 3

Kosten: € 192,-- (€ 48,-- / Workshops)

€ 54,-- / Workshop einzeln buchbar

[FB Veranstaltung](#)

[Anmeldungen](#)



Anmeldungen: www.mitherzundhirn.co.at
oder praxis@mitherzundhirn.co.at

Sonnige Grüße Laila

