



„Lass Dein Licht leuchten“ ... ein Kurs für eine schöne Ausstrahlung

- Du wünschst Dir, mehr im Einklang und in Harmonie mit Dir selbst zu sein?
- Du sehnst Dich danach, mit Kraft und Stärke Deinem Weg zu folgen?
- Du brauchst mehr Zeit für Dich in der Stille, um nach innen lauschen zu können?

Dann nimm Dir Zeit und lasse Dein inneres Licht leuchten. Gönn Dir eine Auszeit für stärkende Körperübungen, belebende Atemübungen, Meditation und tiefe Entspannung.

Eine schöne Ausstrahlung bringt viel Harmonie in Dein Leben und macht Dich anziehend für vieles Gute und Schöne.

Termine	Mittwoch von 19:30 bis 21:00 Uhr am 06.03. + 13.03. + 20.03. + 27.03. + 03.04.2019
Kursleitung	Julia Frühauf, Kundalini Yogalehrerin Stufe 1 (3HO) und Stufe 2 (KRI)
Ort	Kita LUO Campus, Ludwigshöhstraße 107, 64285 Darmstadt
Gebühr	75,- € ganzer Kurs, einzelne Abende 17,- €.
Mitbringen	bequeme Kleidung, eine Unterlage oder Matte, eine Decke für die Entspannung, ggf. ein kleines Kissen zum Sitzen und 1 Flasche Wasser

Anmeldeschluss: Bei freien Plätzen ist ein Einstieg in den Kurs jederzeit möglich.