Gemeinde Ahneby
Herinrich Iversen
Dorfstraße, 24996 Ahneby
https://www.ahneby.de
info@ahneby.de
Druckdatum: 02.05.2024 03:20 Uhr

Naad Yoga Musik Meditation & Ayurvedisch Kochen - Workshop

Datum:
Sonntag 10.07.2022, 11:00 Uhr - 17:00 Uhr

Adresse:
Yaveo Yoga Studio, Jöns-Hof-Passage 2, 24376 Kappeln

Telefon:
04642-925750

Fax:
04642-9257526

E-Mail:
info@designer-tours.de

Beschreibung:
NAAD YOGA: DER ZAUBER DES KLANGS- STIMME DICH AUF DEINER INNEREN FREQUENZ EIN VERWANDELE DEINE NAHRUNG ZUM HEILMITTEL (Musikband „Mantra“ mit Nawab Khan aus Indien)
Wir Menschen sind wie ein Musikinstrument: perfekt gestimmt sind wir in Einklang mit uns und unserer Umgebung. Eine geringe Verstimmung reicht, um uns in den Stress-Modus zu versetzen. Perfekt gestimmt zu sein bedeutet Glück, Zufriedenheit und vor allem Gesundheit. Komm zu unserem intensiven Workshop und mache Dir selbst ein Geschenk der Harmonie, Freude, Glück & Gesundheit. Lerne Methoden & erhalte wertvolle Tipps, um Dich im „Flow“-Zustand zu halten. Lass Dich von der universalen Sprache des Klangs verzaubern.

AYURVEDISCHE KOCHKUNST (mit Sumeet Sehgal):
„Du bist, was du isst.“ - Dieser Leitspruch wird nach Ayurveda-Prinzipien etwas anders ausgedrückt: „Du bist, was du verdaust.“ Wir Menschen sind ein Mikrokosmos des Universums, in den wir uns begeben & uns begegnen. In der äußeren Welt sowie in unserem Inneren ist alles im Wandel. Saisonale Wandlung verlangt entsprechend angepasste Ernährung, um den körperlichen, emotionalen & geistigen Zustand des SVASTHA = GESUNDHEIT zu erhalten. In diesem Workshop erhältst Du wertvolle Tipps, die Du in Deine tägliche persönliche Ernährung integrieren kannst. Mit regionalen und frischen Zutaten werden wir zusammen ein gesundes und schmackhaftes Essen zubereiten & genießen.

Preis:
95,- € pro Person

Veranstalter:
DESIGNER TOURS GmbH & Co. KG

Karte:
https://www.google.com/maps/search/?api=1&query=54.6608006,9.9319068