

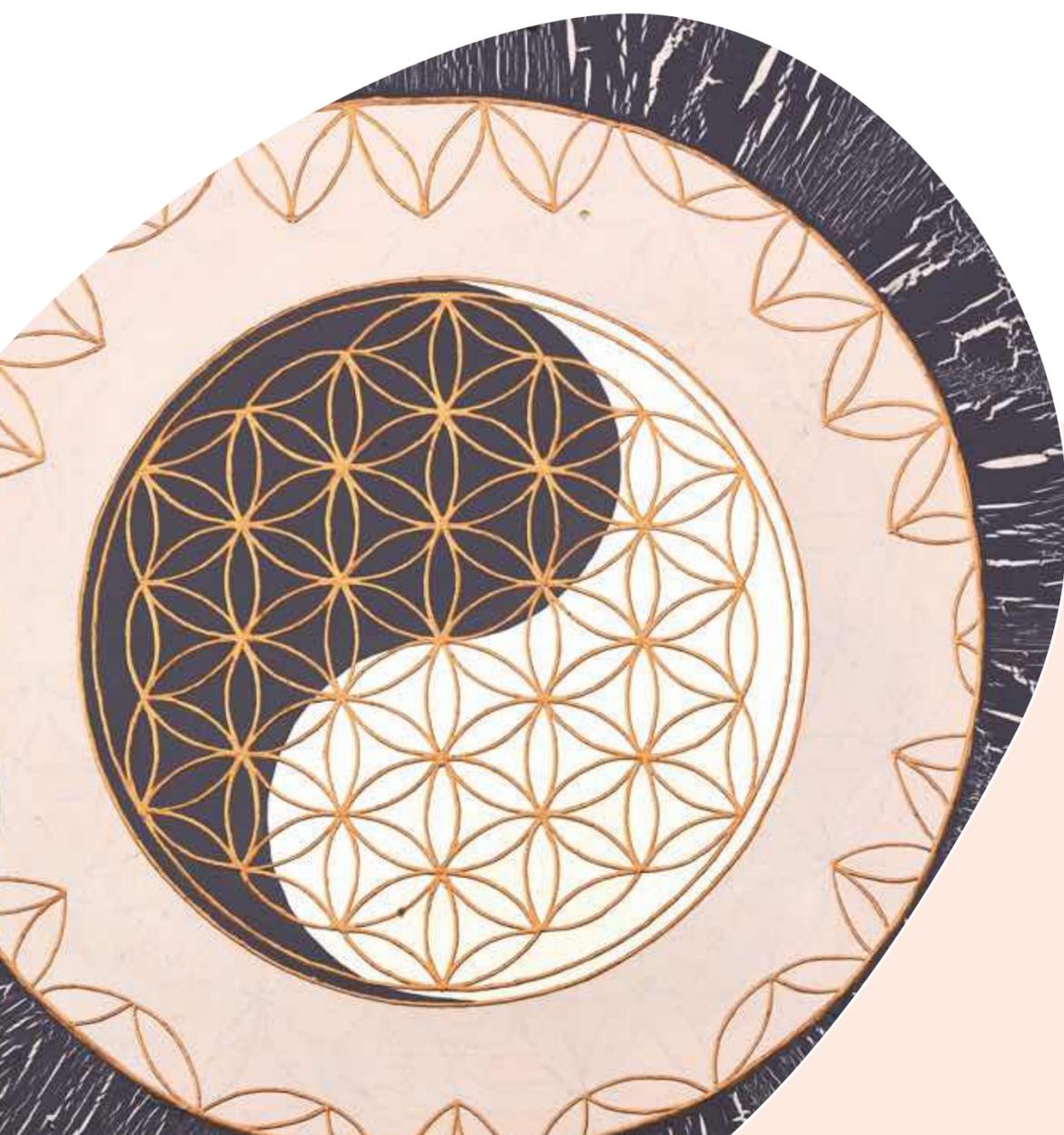


YIN & YANG

YOGA

MIT KAKAOZEREMONIE

30. April
19:00Uhr
Rote Mondin



Yin & Yang

Bringe die Energie in deinem Körper
in einer dynamischen, kraftvollen
Yang Yoga Einheit zum Fließen.

Lasse dich anschließend ein
auf eine tiefe Meditation,
begleitet von herzöffnendem Kakao (optional)
und gib dich den passiven, beruhigenden
Yin Yoga Haltungen hin.

Ich begleite dich dabei, Balance und Harmonie zwischen
Aktivität und Ruhe,
Anspannung und Entspannung,
Körper, Geist und Seele zu finden.

Ich freue mich auf dich!
Taissa Lara Isabel



Energieausgleich 35€
(30€ ohne Kakao)

Anmeldung: lara108@gmx.de
Bitte bringe deine Matte mit!



Wer ich bin...

...das weiß ich noch nicht,
aber ich genieße die Reise zu mir selbst!

Mein Name ist Taissa Lara Isabel.

Ich bin ein Münchner Kindl mit ukrainischen Wurzeln.
Meine Liebe zum Yoga trägt mich durchs Leben.
Die verschiedenen Asanas geben mir Kraft und Halt,
die bewusste Atmung versorgt mich mit neuer Energie.

Das wertvollste Geschenk, das mir Yoga macht, ist
achtsam durch die Welt zu gehen
und in allem ein Wunder sehen zu dürfen!



"Man kann den Wert des Yoga
nicht beschreiben,
man muss ihn erfahren!"
(B.K.S. IYENGAR)

