

Yoga-Workshops mit Anja Hensel aus München

OKTOBER

Sa. 28.10. | 10 – 12 Uhr
So. 29.10. | 10 – 12 Uhr

NOVEMBER

Sa. 25.11. | 10 – 12 Uhr
So. 26.11. | 10 – 12 Uhr

Dezember

Do. 28.12. | 18 – 20 Uhr

JANUAR 2018

Mo. 01.01.2018 | 18 – 20 Uhr | Detox Spezial Yoga

Gebühr ein Workshop: 18 € / 15 € (TM)

Gebühr zwei Workshops am selben Wochenende: 32 € / 27 € (TM)

TM = TanzART-Mitglieder

„Verloren sei der Tag
an dem nicht
getanzt
wurde“

Friedrich Nietzsche

tanz
art

ATELIER

Office_49[0]3592/3558606

Mobil_49[0]157/32089765

IM FRIESE_Friesestraße 31

02681 Schriegswalde/Kirschau

www.tanzart-kirschau.de

Anja Hensel

Zu Yoga kam Anja, als sich ihr Leben umkrepelte: "Das war damals eher zufällig. Aber ich merkte schnell, dass es in mir etwas Magisches bewirkte. In dem Chaos, das größere Veränderungen mit sich bringen, brachte Yoga mich immer wieder zu mir selbst." Anja entschloss sich die 3-jährige JIVA/ANAND Yogalehrer München Ausbildung zu durchlaufen. Auf Reisen und Retreats durch Indien, Thailand und Europa probierte sie anschliessend verschiedene Yogastile, lernte Tai Chi und übte sich in verschiedenen Pranayama- und Meditationstechniken.

"Mir ist es ein Herzenswunsch, weiterzugeben und in Anderen zu bestärken, was ich erfahren durfte: Vertrauen in den eigenen Körper, Vertrauen in die eigene Kraft, Vertrauen in den eigenen Weg, erst recht, wenn der mal Kopf steht."

||| Verbindliche Anmeldung: 7 Tage vor Workshopbeginn unter buero@tanzart-kirschau.de oder 0157 32 089 765 |||

