



Deep Dive Yoga





Deep Dive Yoga

Was ist Deep Dive Yoga?

Die Deep Dive Yoga Stunde ist eine fortgeschrittene und vertiefte Yogaklasse und für Praktizierende gedacht, die eine solide Grundlage im Yoga haben und ihre Praxis vertiefen möchten. Die Klasse ist so konzipiert, dass sie sowohl die körperlichen als auch die geistigen Aspekte herausfordert. Die Deep Dive Yoga Klasse dauert zweieinhalb Stunden und ermöglicht so eine umfassende Erforschung der verschiedenen Aspekte des Yoga (asanas, pranayama, Meditation und Philosophie).

Datum:	Sonntag 27.4.25
Ort:	Pavana Yoga, Riedenstrasse 51, Küttigen
Zeit:	von 9:30 - 12:00 Uhr
Ablauf:	9:30 - ca. 11:00 Uhr - Fortgeschrittene asana Praxis mit Peak Pose und Stunden Thema aus der Philosophie ca. 11:00 - 12:00 Uhr - Pranayama und Meditation
Kosten:	CHF 65.- , inkl. selbstgemachten Snack(s)
Anmeldung:	deborah.kirchhof@gmx.ch; max. 6 Teilnehmende



Nimm an der Deep Dive Yoga Stunde teil und tauche tiefer in diese wunderbare Reise der Selbstverwirklichung und Transformation ein.