

Kundalini Yoga Wochenende: Bereinige deine Vergangenheit – in Münster

mit Sangeet Singh

07./8. Sep. 2019



Unsere Vergangenheit formt unsere Art, wie wir Wahrnehmen. Dies stabilisiert uns, aber es schränkt uns auch ein.

Wie können wir feststellen, welche Muster und Prägungen uns unterstützen und welche uns schaden?

Die **fünf Arten des Hörens** aus dem Kundalini Yoga öffnen uns selber für eine tiefere Ebene der Selbsterkenntnis. Wir erkennen, was uns wichtig ist und was uns einschränkt.

Über die **Landkarte unseres Körpers** können wir mit Hilfe von Yoga und Meditationen loslassen, was wir nicht mehr benötigen. Das lernen wir an diesem Wochenende.

Lerne, wie dein Bewusstsein auf fünf Frequenzen arbeitet

- um dich vor Selbstsabotage zu schützen
- um in schwierigen Situationen besonnen und richtig zu handeln
- um dich vor belastenden Personen schützen zu können

Sangeet Singh Gill ist Kundalini Yoga Lehrer Ausbilder und Yogalehrer seit 1997

Zeit: 10.00 - 17.00 h Sa./So.

Ort: Münster (der genaue Ort wird noch bekannt gegeben).

Beitrag: 175,- Euro

Infos und Anmeldung:

Tel.: 0178 – 5064628 (Sangeet) bei inhaltlichen Fragen info@keepup.de

Tel.: 0160/1750526 (Sandra) Anmeldung/Organisatorische

Fragen vedpreet@mail.de



oder online: <https://www.yoga-infos.de/index.php/termine?view=event&id=55>