

INSIDE-OUT

Konzerte & Workshops



LERNE IM FLOW ZU LEBEN! VON UNRUHE, ÜBERFORDERUNG & STRESS ZUM FLOW Kundalini Yoga & Meditation online in der Winterzeit

27.11. | 28.12. | 29.01. | 26.02. | 26.03. | 30.04.

auch zum Nachverfolgen bei Abwesenheit, auch einzeln buchbar

Möchtest du im Alltag viel schneller von Unruhe, Überforderung und Stress in den Flow zurückkommen? Hast du gerne Kundalini Yoga und Meditation? Dann bist du bei diesem online-Kurs genau richtig. Von zu Hause aus ohne reisen oder parken zu müssen...

- Bringe deine Energie auf ein neues Level und lebe im Flow über den Winter!
- Lerne Meditationen und Kriyas (Sequenzen von Übungen) kennen, die dir helfen, Energiezentren rein zu halten
- Lerne emotionale Schwingungen wahrzunehmen ohne sie zu übernehmen

— Verbessere deine Schlafqualität

— Verbessere deine Haltung und deinen Energiefluss mit praktischen Übungen,
die Spaß machen

— Kriyas um einzelne Organe in der Winterzeit zu stärken

Unserem System folgend genügen 20 – 30 Minuten pro Tag um die Energie über
den Winter zu heben, mehr kreative Impulse und Flow-Erfahrungen im Alltag zu
erleben und sich jeden Tag etwas Gutes zu tun.

Die häufigsten Hürden, denen Menschen beim Meditieren und Yoga praktizieren
begegnen, sind aus unserer Sicht und Erfahrung;

– Keine Disziplin zum Üben

– Unruhe und Konzentrationsprobleme beim Meditieren

– Probleme mit dem Visualisieren

– die Einstellung „ich bin körperlich nicht fit genug“

– die Unfähigkeit, die kreativen oder praktischen Impulse aus der Meditation in den
Alltag hineinzubringen (Fluchtverhalten)

Lerne in einer Gruppe von Gleichgesinnten, diese Hürden zu überwinden und im
Flow zu leben.

Let's get started!

Zusätzlich im Angebot:

- Ein Einzeltermin online mit Slawomir im Wert von 90 € für die ersten 10
TeilnehmerInnen, die sich anmelden und bezahlen
 - Gongmusik zum Downloaden
 - Meditationen zum Downloaden
- Sehr klare Beschreibungen der Kriyas zum Downloaden

60% OFF JETZT 270 €

mit kostenlosen Downloads von Meditationen, Kriyas und Musik

JETZT ANMELDEN !

MEHR INFORMATION & ANMELDUNG

Die nächsten Veranstaltungen

[27.12.21 Exosomatose- Seminar - online](#)

[28.12.21 Lebe im Flow! - online Yoga & Meditation](#)

29.12.21 Gong Puja - Wien

29.01.22 Lebe im Flow! - online Yoga & Meditation

26.02.22 Lebe im Flow! - online Yoga & Meditation

5. - 9.03.22 Gong-Training Intermediate - Wien

26.03.22 Lebe im Flow! - online Yoga & Meditation

30.04.22 Lebe im Flow! - online Yoga & Meditation

12. - 18.06.22 Lichtkörper- Seminar - Weissensee

23. - 27.07.22 Gong-Training Grundmodul - Weissensee

[30.07.-03.08.22 Gong-Training Intermediate - Weissensee](#)

[14. - 20.08.22 Energetische Methoden, Teil IV - Weissensee](#)