

# HERZ-YOGA-TAG

## in der Adventszeit

mit Shanti Martina Rauch

**JETZT  
ANMELDEN**



### HERZ YOGA TAG IN DER ADVENTSZEIT

Sei herzlich eingeladen, einen Tag mit Dir und Deiner Herzensenergie zu erleben.

Komme zur Ruhe und stimme Dich ganz achtsam auf die Weihnachtszeit ein. Erfahre durch verschiedene Aspekte des Yoga, wie Du täglich die Freude, Leichtigkeit und Herzenswärme in Deinem Leben aktivieren kannst.

#### ERFAHRE UND ÜBE HIER:

- Haltungen und Bewegungsabläufe für ein freies Herz
- Atemübungen die Deinen Herzraum weiten
- Berührendes Singen und Tönen für Herz und Seele
- Rituale zur Einstimmung auf die Weihnachtszeit
- Herzverbundenen Austausch in der Gemeinschaft

Dein Beitrag: 145,00 EUR (inkl. 19% MwSt.)  
Inklusive eines warmen, vegetarischen Mittagessen  
Tee und Wasser zu jeder Zeit, Obst in der Pause.

Samstag  
**30.**

**November  
2024**

UHRZEIT  
10 - 16.30 Uhr

#### DEIN BEITRAG

**145 Euro**  
inkl. veg. Mittagessen

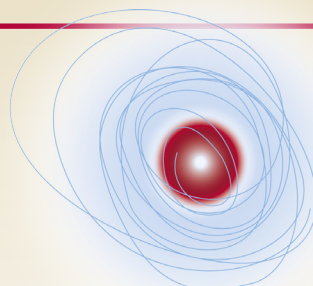
FEUER RITUAL  
optional zum Ausklang  
18 - 20 Uhr  
20 Euro für WS-Teilnehmer

Für Männer und Frauen  
**Keine Vorkenntnisse notwendig**  
Teilnehmerzahl auf  
8 begrenzt.

**Anmeldung erforderlich**

#### ANMELDUNG

Konstanze S. Strohmayer  
seminare@korum.biz  
+49 171 6184093  
[www.korum.biz](http://www.korum.biz)



#### ANMELDUNG & INFO

Shanti Martina Rauch  
shanti@shantimartinayoga.de  
+49 173 8257144

#### ORT FÜR ALLE VERANSTALTUNGEN

KORUM ° Konstanze Strohmayer ° Parkstraße 13 ° 17219 Rumpshagen bei Ankershagen