

# Shatkarma –

eine Einführung in die yogischen Reinigungstechniken

am Sonntag den 02. Mai 2010 von 13.30 –18.30 Uhr

Gebühr: EUR 60.- pro Person (inkl. Tee und Gebäck)

Aktive, individuelle Gesundheitsvorsorge ist wichtig, um seine Energie und Kraft nutzbringend für sich und andere einsetzen zu können, heute und auch im Alter.

Die vorgestellten Reinigungstechniken sind leicht in den Alltag zu integrieren und helfen das geistige und körperliche Wohlbefinden zu erhalten und zu fördern.

Sowohl Anfänger als auch Fortgeschrittene im Yoga werden ihre Übung finden und Freunde des Ayurveda können neue Techniken zur Reinigung entdecken. Der Kurs ist auch für Beginner geeignet!

Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Personen begrenzt. Die Anmeldung zum Yoga-Intensivtag wird durch die Zahlung der Gebühr in voller Höhe gültig und die verfügbaren Plätze in der Reihenfolge des Zahlungseingangs vergeben. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung.

Mitzubringen sind: wenn mögl. Yogamatte, Meditationskissen, Notizblock und Schreibzeug.

Bankverbindung: Jürgen Stoll, BW Bank Stuttgart, Konto - Nr.: 2707662 BLZ: 600 501 01

**y o g a . r a u m**

jürgen stoll

0177.4258031 [www.yogaraum.biz](http://www.yogaraum.biz)

alexanderstrasse 46. 70182 stuttgart