

PRANAYOGA

ANNA TRÖKES & TEAM

Kompetent in Yoga & Therapie

Chi Yoga – Meridian-Yoga im Fluß der Jahreszeiten

11.02. – 13.02.2011

Lucia Nirmala Schmidt



Chi Yoga ist weich, geschmeidig und kraftvoll zugleich. Charakteristisch für diesen Stil sind wellen- und spiralförmige Bewegungen, die für die körperliche und spirituelle Gesundheit von großer Bedeutung sind.

Die dynamischen Flows bringen in Fluss, was stagniert ist und regulieren dabei gleichzeitig Spannungen auf körperlicher und geistiger Ebene - der Körper wird beweglich und stark, der Kopf wieder frei.



PRANAYOGA Bismarckstr. 97/98 · 10625 Berlin Charlottenburg

Tel.: (030) 49 78 32 95