

Zertifikat

Wir bestätigen

Frau Susanne Peter

die erfolgreiche Teilnahme an dem Seminar

**Den Herzraum weiten
vom 5. - 6. Dezember 2015**

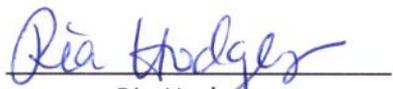
Der Atem steht beim Yoga im Mittelpunkt.

Dazu brauchen wir Akasa - Raum. Nur wenn Raum vorhanden ist, kann der Atem fein und subtil werden, wie es im Yoga Sutra von Patanjali heißt. Nur wenn diese Qualität der Atmung erreicht wird, entpuppt sich der Atem als ein Fahrzeug, um in die Stille und in den Zustand von Dyanam zu gelangen.

Auf Basis der Konzepte von Prana, den fünf Vayus, den Nadis und den Chakren vertiefen und verfeinern wir unsere Kenntnisse von Pranayama.

Das Seminar umfasste insgesamt 16 Unterrichtseinheiten á 45 Minuten.

München, den 06.12.15



Ria Hodges
Dozentin

Yoga Institut München GbR
Altheimer Eck 2
80331 München
tel. 089-595 212
www.yoga-institut.de

Yoga
Institut



Katharina Kleinknecht
Dozentin



Jonas Blitz & Alexander Katzauer
Leitung Yoga Institut München GbR