

**Hier unser Yogaleicht-Thema ab dem 10./12. August 2021**

## Yoga lehrt dich aus der Fülle zu leben

In diesem Yogaleicht-Zyklus wenden wir uns nach den Sommerferien ganz bewusst dem Leben aus der Fülle zu.

Lasst uns zusammen jede Woche Fülle teilen und gemeinsam entdecken. Ich habe uns zum Thema passend ein yogaleichtes Yoga-Programm zusammengestellt. Die wohltuenden und erfüllenden Körper-, Atem-, und Meditationsübungen, werden uns sanft aufzeigen, wie der Yoga jeden von uns immer wieder neu lehrt, bewusst und aus der Fülle zu leben.

Erlebe bei Yogaleicht, wie genau du für dich persönlich immer wieder erfahren darfst, dein Leben dankbar erfüllt und vollkommen zu geniessen.

Ich freue mich, dich neu oder weiter mit Yoga herzlich zu begleiten.  
Namasté, Corinne

