

Hier unser folgendes Yogathema: ab 18. /20. Februar 2025:

Yoga hilft Wunder möglich zu machen

Bei diesem Yogaleicht-Zyklus weckst du mit einem belebenden Yogaprogramm all deine Lebensgeister langsam aber sicher wieder aus dem Winterschlaf auf. Es werden uns zwölf wundervolle Yogaübungen Woche um Woche begleiten und uns helfen grosse, und kleine Wunder bei uns selbst möglich zu machen.

Als Wunder wird ein Ereignis beschrieben, dessen Zustandekommen man sich nicht erklären kann, so dass es Verwunderung und Erstaunen auslöst.

Sei also ganz einfach offen und lade verwunderliche Momente in dein Leben ein. Du wirst mit Yoga immer mehr solche erstaunliche Beobachtungen machen, nicht nur mit dir selbst auf der Yogamatte, sondern auch in deinem Alltag und in der Natur.

In Vorfreude auf das gemeinsame Yogaüben und das Erleben von Wundern bei und mit Yogaleicht.

Namasté, Corinne

