

Kundalini Yoga

Frühjahr/Sommer 2024



Kundalini Yoga: inspirierte Veränderung

Die altbewährte heilige Kunst und Wissenschaft aus Indien – Yoga – erfreut sich in unserer Zeit wegen ihrer vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten zunehmender Beliebtheit. Ob sanfte Dehn- und Gymnastikübungen, klassische Haltungen, kurze und dynamische Sequenzen für Kreislauf und Ausdauer oder energetische Meditations- und Atemübungen, Spannung und Entspannung – Kundalini Yoga bietet eine überzeugende Bandbreite für die individuellen Bedürfnisse.

Mach Deine eigene Erfahrung.

Kundalini Yoga Galerie

Phil von Dietlein
T 0251 53407938
M 0151 27288899



kundalini-yoga-muenster.de

Kundalini Yoga und Meditation

traditionell, authentisch, abwechslungsreich,
wirkungsvoll, vitalisierend, beruhigend

Neue Kurse ab 22. April und 19. August 24

Yoga: Montag, 18.15 – 19.45 Uhr, 121 €

Yoga: Montag, 20.15 – 21.45 Uhr, 121 €

Yoga: Dienstag, 19.00 – 20.30 Uhr, 121 €

Yoga: Donnerstag, 18.30 – 20.00 Uhr, 121 €

Meditation: Donnerstag, 20.30 – 21.30 Uhr, 99 €

(Kombipreis für Yoga und Meditation: 198 €)

Jeweils 11 Einheiten

Der Einstieg ist mit und ohne Vorkenntnisse jederzeit möglich.

Probestunden nach Absprache

Kundalini Yoga: 90 Minuten, 11 €

Meditation: 60 Minuten, 9 €

Spezialworkshops

BreathWalk im Naturschutzgebiet Klatenberge, Telgte,
10. Mai und 23. August, 18 – 20:30 Uhr, einzeln buchbar,
jeweils 15 €

Kundalini Yoga für gute Partnerschaft, 24. Mai,
18.00 – 21.00 Uhr, 36 €

Venus-Kriyas für Paare, 14. Juni, 18.00 – 21.00 Uhr, 36 €

Yoga zur Sommersonnenwende, 21. Juni, 18.00 – 20.00
Uhr, 20 €

Meditation zu Neu- und Vollmond

23. April: Dienstag, 20.45 – 21.45 Uhr, 8 €

22. Mai: Mittwoch, 20.00 – 21.00 Uhr, 8 €

17. September: Samstag, 20.45 – 21.45 Uhr, 8 €

Ort und Anmeldung

Timmermeister Schule, Raum E 30/31, Sentruper Straße
161 in 48149 Münster. Sicher Dir Deinen Platz:

kundalini-yoga-muenster.de