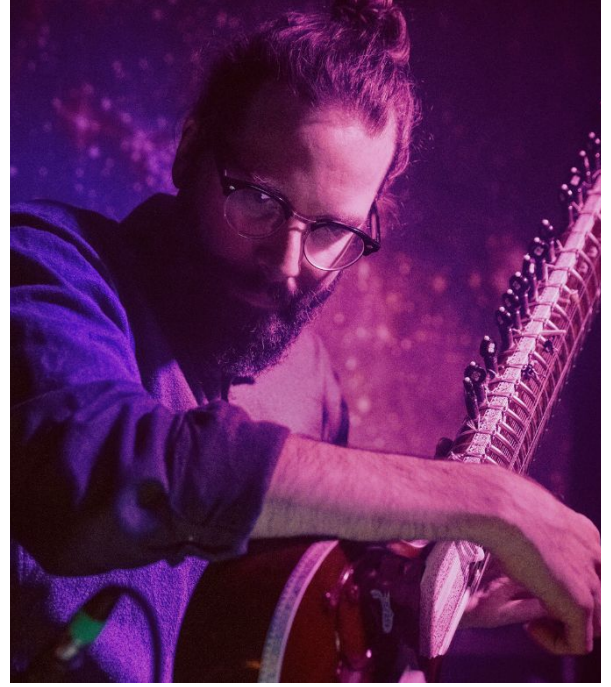


A live event full of magic

Mystische Klänge der Sitar treffen auf Yin Yoga & Breathwork



Wir dimmen die Lichter, zünden die Kerzen an und lassen den Raum von mystischen Klängen erfüllen. Bei diesem ganz besonderen Event treffen melodische Klänge der Sitar, Yin Yoga und Breathwork aufeinander. Lass dich in eine Welt entführen, die voller Zauber ist.

Im ersten Teil des Abends erlebst du Yin Yoga, begleitet von den sanften Klängen der Sitar. Lass dich fallen und genieße die Entspannung.

Im zweiten Teil vertiefen wir uns in Atemarbeit, unterstützt durch elektronische Vibes der Sitar, die dich in eine tiefere Ebene deines Seins führen. Entdecke neue Aspekte deiner Existenz.

Der Breathwork-Teil ist der transformative Höhepunkt des Events, der dich behutsam oder intensiv über deine Komfortzone hinausführt, wobei du immer die Kontrolle behältst. Breathwork ist ein tiefgreifender Prozess. Wir werden in der verbundenen Atmung atmen – dies ist keine klassische Atmung aus dem Yoga.

Dieser Nachmittag öffnet dir eine völlig neue Tür zu dir selbst. Vivianne, Sarah und Roger sind begeistert, diesen hochbegehrten Event nun auch in Bern, im Yogamarket, anzubieten. Für Vivianne ist dies besonders bedeutungsvoll, da sie über Jahre hinweg dort unterrichtet hat, bevor sie nach Zürich zog und dort seit sieben Jahren ihr eigenes Yogastudio führt.

Datum: 25.5.2024

Zeit: 14.00 - 16.30

Kosten: 85.- / Early Bird / ab 25.4.2024, 95.-

Teacher: Vivianne, Sarah / Musik: Roger

yogamarket