



## DIE WURZELN DER ASANA PRAXIS



Vom 01. Bis 04. OKTOBER 2026 gebe ich Unterricht zu diesem Thema bei mir zuhause in Airlenbach (Odenwaldkreis).

Der Körper und das Praktizieren von Asana ist ein zentraler Teil des Yoga-Übens. Unterschiedliche und vielschichtige Körperkonzepte aus den alten Traditionen des ursprünglichen Yoga kennenlernen, verstehen und sie in die Übung integrieren um einen frischen und originellen Zugang zu Körperstellungen und -übungen zu finden.



|            |                                         |
|------------|-----------------------------------------|
| Do. 01.10. | 14 - 16 Uhr   18 - 20 Uhr               |
| Fr. 02.10. | 09 - 11 Uhr   14 - 16 Uhr   18 - 20 Uhr |
| Sa. 03.10. | 09 - 11 Uhr   14 - 16 Uhr   18 - 20 Uhr |
| So 04.10.  | 09 - 13 Uhr                             |

Unterkunft gibt es in einem sehr gepflegten Bauernhof unmittelbar nebenan. Mittagessen bei uns.

Seminargebühr € 360.- (einschließlich Mittagessen)

Die Zimmer beim Nachbarn werden zwischen 35€ und 50€ pro Nacht und Person kosten.

Anmeldung bei [yoga@sriram.de](mailto:yoga@sriram.de)

