



DIE WURZELN DER ASANA PRAXIS

Vom 20. bis 22. NOVEMBER 2026 gebe ich Unterricht zu diesem Thema in BERLIN.

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 und damit einen frischen und originellen Zugang zu Körperstellungen und -übungen finden – das ist der Inhalt dieses 3-tägigen Seminares.

Ort: Berlin-Mitte, Lotos Vihara, www.lotos-vihara.de

Fr. 20.11.	10 - 13 Uhr 14 - 17 Uhr
Sa. 21.11.	10 - 13 Uhr 15 - 18 Uhr
So 22.11.	10 - 13 Uhr

Seminargebühr € 300.-

Anmeldung bei yoga@sriram.de

www.sriram.de