

Osho UTA Institut

Spirituelle Therapie und Meditation

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln

Tel. +49-221-57407-0, kontakt@oshouta.de

Online Guten Morgen Mai Yoga

Online – Special Class

Datum: **01.05.2020**

Leitung: **Vira Drotbohm**

Preis: **15,00 €**

» [Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung](#)

Seminarbeschreibung

Lassen wir uns den Frühlingsmonat durch eine fließende Bewegungsfolge à la Sonnengruß beginnen, gefolgt von einer energetisierenden, kraftvollen Kundalini Kriya.

Raus aus dem Kopf, rein in die Atmung und in die Bewegung.

Wir enden mit einer stillen Meditation für unser Herz.

Diese Praxis ist nicht für Schwangere oder Yogaanfänger geeignet.

Freitag, 01. Mai 2020

11 Uhr als Online-Kurs

€ 15

Kleine Anleitung für die Buchung unserer Online-Kurse:

Um zu buchen, klickst du ganz einfach im Kalender unter der Beschreibung den Kurs an, den du machen möchtest. Dann auf Weiter, bis du dich bei Fitogram einloggen musst. (Man braucht für die Buchung einen Fitogram Account - die Registrierung geht einfach und schnell)

Ca. 15 Minuten vor Beginn des Kurses bekommst du automatisch den Link zum Kurs zugeschickt. Unsere Online-Kurse bieten wir über **ZOOM** an, welches du dir vorab kostenfrei herunterladen musst. <https://www.zoom.us/>

Viel Spass auf der heimischen Matte - hoffentlich bald auch wieder live!