

CHRISTLICHES YOGA ANFÄNGERKURS

Christliches Yoga verbindet das Bibelwort mit körperlichen Übungen. Hierbei wird Yoga als Technik eingesetzt, die den Körper nährt und stärkt. Mit Atem- und Entspannungsübungen wird der Geist beruhigt und in die Stille begleitet.

Mittelpunkt einer christlichen Yogastunde ist ein Bibelwort, das leiblich ausgelegt wird.

Bitte bequeme Kleidung tragen, eine Yogamatte, ein Sitzkissen und eine kleine Decke mitbringen. Eine Matte kann auch vor Ort zur Verfügung gestellt werden.

Organisatorisches

Kurs-Nr.: 24-1-Christliches Yoga I
Termine: 5x donnerstags, 11. Januar bis 8. Februar

Kurs-Nr.: 24-1-Christliches Yoga II
Termine: 5x donnerstags, 15. Februar bis 14. März

Kurs-Nr.: 24-1-Christliches Yoga III
Termine: 5x donnerstags, 11. April bis 16. Mai, außer 9. Mai

Kurs-Nr.: 24-1-Christliches Yoga IV
Termine: 5x donnerstags, 23. Mai bis 4. Juli, außer 30. Mai und 20. Juni

jeweils von 17:30 bis 19:00 Uhr

Ort: Gemeindehaus Berge, Zum Berge 120, 58285 Gevelsberg

Kosten: 40, – € pro Kurs

Referentin: Kathrin Windgassen, Ausbildung zur SELA Yogalehrerin (Ende Juni 2024 beendet)

Verantwortlich: Petra Syring

TN-Zahl: min. 6/max. 8 bis 10

Anmeldung: ab sofort

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Seminar „**Christliches Yoga**“ an.

CY I CY II CY III CY IV

Name: _____

Vorname: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

Tel.-Nr.: _____

E-Mail: _____

Geb.-Datum: _____

Datum: _____

Unterschrift: _____

Evangelische Erwachsenenbildung
Ennepe Ruhr
Potthoffstraße 40
58332 Schwelm

Anmeldung: **Ev. Erwachsenenbildung EN, Potthoffstr. 40, 58332 Schwelm.** Es gelten die Allg. Geschäftsbedingungen, abgedruckt im Halbjahresprogramm oder unter www.eeb-en.de

Informationen: Tel.: 0 23 36 / 40 03 – 44



Die Ev. Erwachsenenbildung Ennepe Ruhr ist Teil des Ev. Erwachsenenbildungswerkes Westfalen und Lippe, einer anerkannten Einrichtung der Weiterbildung nach dem Weiterbildungsgesetz NRW. Diese gehört zum Trägerverein Ev. Erwachsenen- und Familienbildung Westfalen und Lippe e.V.



CHRISTLICHES YOGA ANFÄNGERKURS



Silvia Belmonte-Axtner / pixelio.de

11. Jan. bis 8. Feb. 2024

eEFB Ev. Erwachsenen- und Familienbildung Westfalen und Lippe e. V.

