



...YOGATELIER...

www.yogatelier.ch

Yoga-Sommertage

Montag, 7. Juli – Freitag, 11. Juli 2025

•... ————— •...

Yoga & Bhoga – Die Kunst, das Leben zu lieben

Alles ist miteinander verbunden. Die sexuelle Energie ist die Quelle allen Lebens, eine der heiligsten und kraftvollsten Kräfte, die nicht nur auf unsere Genitalien beschränkt ist.

Yoga ist die Praxis der Verbindung, der Achtsamkeit und der vollkommenen Präsenz, eine Einladung, das Bewusstsein zu erweitern und zu erkennen, dass wir mehr sind als nur Körper.

Es geht um das Erwachen des Fühlens, durch jede Pore deines Seins. Darum, dich neu ins Leben zu verlieben. Die Fülle zu erkennen, Sinnlichkeit, Freude, Lebendigkeit. Der Ausdruck deines wahren Selbst und die Hingabe an den Moment.

In diesem Kurs geht es darum, dich authentisch zu zeigen, ehrlich, offen und unverblümt. Wir tauschen uns aus, entdecken, verstehen und leben die schöpferische Kraft, die in uns allen wirkt. **Liebe machen mit dem Leben – in jedem Atemzug.**

•... ————— •...

«Die höchste Ekstase entsteht,
wenn du erkennst, dass du selbst
die Quelle aller Freude bist.»

Abhinavagupta

7. Juli – 11. Juli 2025, 9 bis 12 Uhr

Fünf Tage: 450.–

Einzelne Tage: 100.–

Tagesprogramm: 30 min Meditation
30 min Pranayama
15 min Pause
90 min Asana-Praxis