

## CHAKRA - WORKSHOP

SAMSTAG, 25. MÄRZ 2023, 09.00 - 13.00 UHR

manomauna-yoga, Bahnhofstrasse 83a, 9240 Uzwil

### Frühlingserwachen für dein Energiesystem

Tauche mit uns zusammen ein ins faszinierende Chakra Universum. Bringe dein Chakra System wieder in harmonische Balance und mache dich frei von Blockaden, damit sich deine ureigenen, heilsamen Selbstheilungskräfte aktivieren.

### Was erwartet dich

Wir werden gemeinsam das Chakra System von verschiedenen Seiten beleuchten. Du bekommst Informationen zum Energiesystem als Ganzes und zu den einzelnen Chakras.

Mit verschiedenen Tools wie

- Yoga und anderen Körperübungen
- Klang und Mantras
- Meditationen
- transformierenden Fragestellungen
- Gruppenhealing
- Düften und Farben

werden wir deine Chakras reinigen, energetisieren, blockierte Energie wieder zum Fließen bringen, sodass dein ganzes System eine Art Neustart erfährt.

Dieser Workshop soll dich berühren, auf allen Ebenen und dir aufzeigen, welchen Einfluss das Chakra System auf dein tägliches Wohlbefinden hat. Lass dich von den Schwingungen tragen und geniesse eine regenerierende Auszeit mit entspannenden und aktivierenden Momenten. Viele praktische Tipps und ein umfangreiches Handout, werden dich unterstützen, die Arbeit mit den Chakras auch in deinen Alltag zu integrieren.

Wir freuen uns auf dich.

Bettina ([manomauna-yoga.ch](http://manomauna-yoga.ch))

Jasmin ([seele-im-ein-klang.ch](http://seele-im-ein-klang.ch))

Platzzahl auf max. 14 Personen limitiert.  
Anmeldung bis 15. März 2023 erforderlich.

### Infos

Anmeldung: [info@seele-im-ein-klang.ch](mailto:info@seele-im-ein-klang.ch)

Kosten: CHF 140.00 inkl. Handout und Snacks (Twint oder bar).

Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

