



MANIPURA  
YOGA

jala  
coaching

let it flow, let it go  
*mit Yoga & The Work*

# Intensiv-Wochenende

*geleitet von*

*Conny Stromsky, dipl. Yogalehrerin, [www.manipura-yoga.ch](http://www.manipura-yoga.ch)*

*Helena Hefti Wenger, Coach für The Work, [www.jala.ch](http://www.jala.ch)*

*The Work of Byron Katie ist eine effiziente Methode, mit der Sie belastende Gedanken einfacher loslassen und Ihr Leben und Ihre Beziehungen rundum freudvoller und authentischer gestalten können. Sie lernen The Work kennen und selber anwenden. Tauchen Sie zwei Tage ein in die kraftvolle Verbindung von Flow-Yoga mit seinen fließenden Bewegungen und The Work. Sie helfen Ihrem Körper und Geist begrenzende Muster aufzulösen, um leichter und beweglicher durch den Alltag zu gehen.*

*Freitag 26. Oktober 2018, 13h30 bis Sonntag 28. Oktober 2018, ca. 13h00*

*Center of Unity, Schweibentalp, CH-3855 Brienz*

*Seminarkosten CHF 250 pro Person (Frühbucherpreis bis 31.8.2018 CHF 200)*

*Unterkunft inkl. Vollpension ab CHF 115 pro Tag*

*Anmeldung/Auskunft: [info@manipura-yoga.ch](mailto:info@manipura-yoga.ch), Tel. +41 79 526 55 31*

