

Wohlbefinden

Die Balance von Körper und Geist



Täglich von 18:30 - 19:30 Uhr

Raja Yoga Center

Sachsenring 16, 50677 Köln

Yoga ist mehr als nur eine körperliche Praxis!

Es ist eine Einladung zur Verbindung – sowohl im Körper als auch im Geist.

In der heutigen schnelllebigen Welt, geprägt von Stress und Ablenkungen, bietet Yoga einen wertvollen Weg, um von Anspannung zu Entspannung zu gelangen, während es gleichzeitig hilft, innere Ruhe und Gelassenheit zu finden.

Yoga ermöglicht eine tiefere Verbindung zu unseren Gedanken, indem wir unsere Konzentration schulen und lernen, den Geist zu beruhigen, öffnen wir die Tür zur Meditation.

Jeder ist herzlich willkommen!

Wir bieten Einführungskurse in Hindi, Englisch und Deutsch an.

Anmeldung ist erforderlich!



0221-340 18 58



cologne@de.brahmakumaris.org



www.brahmakumaris.de



THE BRAHMA KUMARIS
DEUTSCHLAND