

# Klangsam Yoga Abende 2021

Die von mir aus dem «Mantra Purusha» (Körper aus Klang) entwickelte Praxis bedeutet Stimmklang in Bewegung. Wir erfahren den Körper in individuell angepassten Asana als schwingendes System, das Atemgeschehen kann sich im Tönen und Klingen anstrengungslos verfeinern.

Die fühlbare Innenresonanz der eigenen Stimme in Verbindung mit Bewegung unterstützt das Lösen von körperlichen, emotionalen und geistigen Spannungen. Die Klänge des Mantra Purusha stärken besonders Nerven-, Hormon- und Immunsysteme und nähren das Herz als unser energetisches Zentrum.

Klangsam Yoga fördert inneres Wachstum und verklingt in vibrierende, raumgreifende Stille. Coming hOMe.

Für Yoga- und Stimminteressierte.

## DATEN 2020

jeweils 18h—21h

12. März

7. Mai

3. September

26. November

## ORT

Tapas Yoga Schule

Bernstrasse 99

Kehrsatz

## KURSBEITRAG

Fr. 80 pro Abend

Tapas Studierende Fr. 50

Die Kurse werden  
einzeln gebucht.

## INFORMATION UND ANMELDUNG

Yaira Yonne-Konishi

Co-Schulleiterin Tapas Yoga Schule

Chor- und Orchesterdirigentin

Coach für Stimmenergetik



T 031 371 93 19

M 077 430 54 00

[www.tapas-yoga.ch](http://www.tapas-yoga.ch)

[yaira.yonne@tapas-yoga.ch](mailto:yaira.yonne@tapas-yoga.ch)