

Chakra Retreat 20/21



Chakren sind Energiezentren in unserem Körper. Durch gezielte Praktiken können sie aktiviert und belebt werden.

Das Chakra Retreat bietet die Gelegenheit sich, mit der alten tantrischen Chakra-Lehre auseinanderzusetzen, ihre Kraft zu nutzen und erfahren.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Alle Workshops können auch einzeln besucht werden.

Ein Nachmittag CHF 40.-

Leitung, Infos & Anmeldung: Orsina Studach ☎ 079 829 47 45

www.yoga-atelier-basel.ch

Nächste Daten:

Samstag 19. Dezember 2020 14.00h - 16.00h	Chakra Einführungskurs	Thema: Allgemeine Einführung in die Lehre der Chakren
Sonntag 20. Dezember 2020 14.00h - 16.00h	Mûladhara Chakra Wurzelchakra	Thema: Stabilität, Lebenswille, Überleben, Selbsterhaltung, Sicherheit, Urvertrauen, Erdung
Samstag 26. Dezember 2020 14.00h - 16.00h	Svadhithana Chakra Sakralchakra	Thema: Kreativität, Sinnlichkeit, Sexualität, Fantasie, Fortpflanzung, Artenerhaltung, schöpferische Lebensenergie
Sonntag 27. Dezember 2020 14.00h - 16.00h	Manipura Chakra Nabelchakra	Thema: Willenskraft, Selbstvertrauen, Persönlichkeit, Entwicklung des ICH, Selbstkontrolle, Gefühle, Sensibilität, Macht, Durchsetzungskraft
Samstag 2. Januar 2021 14.00h - 16.00h	Anahata Chakra Herzchakra	Thema: Liebe, Mitgefühl, Menschlichkeit, Zuneigung, Geborgenheit, Offenheit, Toleranz, Herzengüte
Sonntag 3. Januar 2021 14.00h - 16.00h	Vishuddhi Chakra Halschakra	Thema: Kommunikation, Wortbewusstsein, Inspiration, Wahrheit, mentale Kraft, Synthese, Kreativität, Musikalität
Samstag 9. Januar 2021 14.00h - 16.00h	Ajna Chakra Stirnchakra	Thema: Intuition, Weisheit, Erkenntnis, Wahrnehmung, Vorstellungskraft, Selbsterkenntnis
Sonntag 10. Januar 2021 14.00h - 16.00h	Saharara Chakra Kronenchakra	Thema: Spiritualität, Erfahrung geistiger Welten, Gotterkenntnis, Erleuchtung, kosmische Vereinigung, Selbstverwirklichung, Religiosität, Verbundenheit