

# Kundalini Yoga

Kurzworkshop

## Erschöpfung kalte Depression Burnout

– was das ist und wie Kundalini Yoga unterstützen kann –

**Antje Kuwert** ist Ausbilderin der 3HO Stufe 1 Yogalehrerausbildung und 3HO Yogatherapieausbildung. In diesem workshop erfährst du, was diese 3 Begriffe aus yogischer Sicht bedeuten, wie du diese Zustände erkennst und dich mit Techniken und Übungen aus dem Kundalini Yoga unterstützen kannst.

### Datum

Samstag 16.09.2017  
11:00 – 14:00 Uhr

### Ort

Raum für Yoga und mehr  
Stuttgarter Str. 8  
70469 S-Feuerbach

### Anmeldung

Antje Kuwert  
Tel 07141-9131962  
info@kundaliniyoga-ak.de

### Kosten

35 Euro

Matten und Decken sind im Raum vorhanden. Bitte bequeme Kleidung für Yogaübungen mitbringen.

[www.kundaliniyoga-ak.de](http://www.kundaliniyoga-ak.de)