

LEBENSKUNST YOGA AM ERSTEN ADVENTWOCHENENDE!

*... ein wirklich schönes Geschenk vor Weihnachten, denn
Ashwani Bhanot kommt ins Erft Yoga Studio!*

AN ZWEI TAGEN WIRD ER DICH IN DEINER
INDIVIDUELLEN YOGAPRAXIS STÄRKEN!
MIT SEINEM REICHEN WISSENSCHATZ VERMITTELT ER
DIR YOGA ALS LEBENSKUNST UND FÖRdert VOR ALLEM
EIN TIEFES VERSTÄNDNIS DER YOGA PHILOSOPHIE.
DAS UND SEINE POSITIVE LEBENSEINSTELLUNG
MACHEN SEINEN UNTERRICHT SEHR BESONDERS!
DER WORKSHOP IST FÜR ANFÄNGER UND AUCH
FORTGESCHRITTENE BESTENS GEEIGNET! ICH FREUE
MICH SCHON SEHR AUF DIESES HIGHLIGHT!

ASHWANI KOMMT AUS NEU DELHI, INDIEN.
AUFGEWACHSEN IN EINER TRADITIONELLEN
YOGALEHRERFAMILIE.
SEIN WEITERES YOGASTUDIUM WURDE BEGLEITET VON
VERSCHIEDENEN MEISTERN AUS DEM HIMALAYA UND
LEHRERN AUS DEM WESTEN.
ICH SELBST HABE SEINEN EINFÜHLSAMEN UNTERRICHT
IN INDIEN ERLEBEN DÜRFEN UND FREUE MICH UMSO
MEHR, DASS ER IN UNSEREM ERFT YOGA STUDIO EINEN
INTENSIVEN YOGA WORKSHOP
GEBEN WIRD.

NAMASTE' CHRISTIANE BENDER

SAMSTAG 1.12 UND SONNTAG 2.12.2018
KOSTEN :155€ PRO PERSON
FRÜHBUCHER 145€

YOGAPRAXIS UND THEORIE



ERFT YOGA
BRÜHLER STR. 19, 50374 ERFTSTADT
TEL.: 0172 3104842
INFO@ERFT-YOGA.DE, WWW.ERFT-
YOGA.DE

YOGA SPECIAL-WORKSHOP MIT ASHWANI BHANOT

“Erft Yoga”

KOSTEN INKL. TEE, GEBÄCK UND MITTAGESSEN AM
SAMSTAG: FRÜHBUCHER 145€ BIS ZU 6 WOCHEN VOR
WORKSHOP-BEGINN, DANACH 155€.

BEI INTERESSE BITTE FRÜHZEITIG IM ERFT YOGA
STUDIO ANMELDEN!

PROGRAMM

SAMSTAG 1.12.2018

09: 00-09: 30 - CHRISTIANE'S OUVERTÜRE UND
BEGRÜSST ASHWANI
09: 30-11: 00 - MORGEN YOGA UND PRANAYAMA
11: 00-11: 30 - TEE - ZEIT
11: 30-12: 30 - YOGA PHILOSOPHIE
12: 30-13: 30 - MITTAGSPAUSE
13: 30-14: 30 - YOGA PHILOSOPHIE
14: 30-16: 30 - ASANA-PRAXIS

SONNTAG 2.12.2018

08: 30-10: 30-YOGA ASANAS UND PRANAYAMA
10: 30-11: 30 - FRÜHSTÜCKSPAUSE
11: 30-12: 30 - YOGA PHILOSOPHIE
12: 30-13: 00 - IRIS / CHRISTIANE FINALE
13: 00-13: 30 RÜCKMELDUNG UND ENDE DES
SEMINARS



JETZT ANMELDEN

ERFT YOGA
BRÜHLER STR. 19, 50374 ERFTSTADT
TEL. 0172 3104842
INFO@ERFT-YOGA.DE, WWW.ERFT-
YOGA.DE