



Institut für Yogapsychologie

Seminar

Yoga & Gewaltfreie Kommunikation

Wie Verbindung gelingen kann

11. und 12. November 2017

Samstag 10 - 18 Uhr

Sonntag 10 - 16 Uhr

Laut der alten Yogaschriften helfen uns Yogaübungen einen klaren Geist zu entwickeln und aufrichtig mit uns selbst und anderen in Verbindung zu sein. Wie genau das im Alltag gelingen kann, wollen wir in diesem Seminar erfahrbar machen. Dazu verbinden und üben wir Aspekte aus dem 2000 Jahre alten Yogatext von Patanjali, dem Yoga Sutra, und der Methode der Gewaltfreien Kommunikation von Dr. Marshall Rosenberg.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.



Seminarleitung:

Annette Del Olmo Hernandez,
Kommunikationstrainerin und Dipl.-Psych. Steffen Brandt,
beide Yogalehrer*innen (BDY/EYU)

Seminarort:

Institut für Yogapsychologie, Berlin-Kreuzberg

Weitere Informationen findest du unter:

www.yogapsychologie.com oder 01590 11 54 64 8