

## „All Senses Yoga®" mit Live Healing Music & Ravedische Lichtatmung® nach Rastoa

Mit Emmanuelle Collinet und Frank Mattle 15. und 16. August 2018



**Am Mittwoch** werden wir mit All Senses Yoga®, Aroma Ölen und Polarity Yoga Übungen beginnen. Frank begleitet den 2,5 Stunden Workshop mit der Hang, native american flutes, Samsula und Klangschalen. Die Übungen gehen tief und du wirst auf allen Ebenen deiner Sinne berührt und zu deinem Ursprung getragen.

**Am Donnerstag** wird Frank dich für 2.5 Stunden in die Tiefe der Atemlehre einführen. Wir werden gemeinsam mit unserem Atem wellenförmig durch unsere Chakren schwingen. Neue Tore zu dir Selbst dürfen sich öffnen.

Mit dieser Atemtechnik bekommst du ein unglaublich kraftvolles Werkzeug für dein Leben mit nach Hause.

**Die Symbiose** der zwei Kurse ist einzigartig: Am Mittwoch beginnt deine Reise im Außen. Ganz langsam be-Wegst (be-Sein-WegT, sei der Weg) du dich tiefer und tiefer in dich, bis du am Donnerstag das Gefühl von tiefster innerer Ruhe, Zufriedenheit und zeitlosem SEIN verspürst.

### KURSSINHALTE

- Du erarbeitest dir mehr Flexibilität, physische und mentale Stärke.
- Die speziellen Liveklänge von Frank stimulieren das Wohlbefinden öffnen das Herz und bewegen die Cerebrospinale Flüssigkeit.
- Präsenz, Gelassenheit, Frieden und Urvertrauen

### VORAUSSETZUNG

Offen für Neues

### KURSDATEN ( 2x 2.5 Stunden)

All Senses Yoga	Mittwoch, 15. August 2018,	18.00 – 20.30 Uhr
Ravedische Lichtatmung	Donnerstag, 16. August 2018,	18.00 – 20.30 Uhr

### DOZENTEN

**Emmanuelle Collinet** Polarity Praktizierende, Yogalehrerin

[www.emmanuellecollinet.com](http://www.emmanuellecollinet.com)

**Frank Mattle** Körpertherapeut und Coach

[www.frank-mattle.ch/wordpress](http://www.frank-mattle.ch/wordpress)

Es besteht die Möglichkeit bei den Dozenten Behandlungen zu nehmen

### KURSORT

Alterszentrum Neustadt Bundesstrasse 4 6300 Zug

### KOSTEN

CHF 160.- oder 85.- / Workshop

### ANMELDUNG

[www.ledermann-raimann.ch](http://www.ledermann-raimann.ch)

S.H.N. Postfach 901; CH 6301 Zug, Tel. 041 711 30 11  
[www.ledermann-raimann.ch](http://www.ledermann-raimann.ch) [www.shn-international.org](http://www.shn-international.org)