



3HO Frauencamp München 2016

# *Innere und äußere Balance*

25. – 28. August 2016

im Ökologischen Tagungshaus Linden

„Wenn ich in mir zuhause bin, bin ich überall zuhause  
(Aap Sahaee Hoa)“

Wir streben in unserem Leben Gleichgewicht an. Wir wünschen uns innere Ruhe, Balance und Ausgeglichenheit im Inneren und in unserem äußeren Leben. Im Kundalini Yoga finden wir viele Übungen und Meditationen, mit denen wir dies erreichen.

Lass uns gemeinsam im Kreis von Frauen Balance und Tage der Kraft erfahren und wahrnehmen. Genieße Frauenpower in einer wunderbaren Gruppe.



- Gemeinschaft und Austausch mit anderen Frauen
- Kraftvolle Kundalini Yoga Übungen und heilende Meditationen
- Bhangara & Shakti Tanz
- Gatka für Frauen
- Gemeinsames Sadhana und Singen
- Leckere vegetarische Verpflegung
- ein kreativer Nachmittag
- Breathwalk
- ein kraftvoller Heilkreis
- ausgleichende Entspannung und viel Spass
- Erlebnisreiches Kindercamp

## Anmeldung und weitere Informationen

Gisela Jot Kaur Pangerl, Tel. 0171 4862365  
frauenyogacamp@k-y-m.de

[www.ky-bayern.de/frauencamp](http://www.ky-bayern.de/frauencamp)

## Veranstalter

3H Organisation Deutschland e.V.  
Arbeitsgruppe Kundalini Yoga Bayern

