



# Kundalini-YOGA

**Samstag  
26.11.2011**



**zusammen mit Antonella Peini**

**Beginn: 09:00 Uhr,**

**Haus der Vereine, Birkenstr. 2, Grüner Saal**

**Es werden die Grundlagen einer Kundalini Yoga Stunde vermittelt. Ebenso gibt es einen Einstieg in die Übungen mit verschiedenen Atemübungen und Meditationstechniken.**

**„YOGA heißt VERBINDEN**

**Verbinde Dich mit der Quelle Deiner Kraft“**

**Mitzubringen: Unterlage (Isomatte), eine Decke und stilles Wasser und natürlich bequeme Kleidung.**

**Wir freuen uns auf Ihr Kommen, bitten jedoch um vorherige Anmeldung bis 18.11. bei unserer Vorsitzenden, Frau Rita Maier, Tel.: 3101529. Vielen Dank.**

**[www.fu-unterschleissheim.de](http://www.fu-unterschleissheim.de)**