

Yogasoul Workshopreihe 2025



Die Energiezentren - Chakras in Balance mit Yoga

Körper-Geist-Seele-Verbundenheit

Mit Übungen aus dem Yoga, welche die Qualitäten des jeweiligen Chakras beleuchten und erfahrbar machen wird dein Energiefluss unterstützt und harmonisierende Impulse gegeben. Die Yogaeinheiten sind in sich abgerundete Lektionen mit Körperübungen, Wahrnehmungsübungen, Atemübungen, Meditations- und Entspannungssequenzen.

Daten 2025

Datum 2025 folgt / [5. Halschakra-Reinheit-Selbsta Ausdruck](#)

Datum 2025 folgt / [6. Stirnchakra-Klarheit-Vision](#)

Datum 2025 folgt / [7. Kronenchakra-Harmonie-Verbundenheit](#)

Leitung: Kristina von Holt, dipl. Yogalehrerin YCH/EYU

Ort: Praxis für Körpertherapie, Innere Margarethenstrasse 19, 4051 Basel

Lektionszeit: 10:00-12:00

Preis: CHF: 70.- pro Lektionseinheit à 120 Minuten

Eine Anmeldung ist erforderlich.