

# Partner Yoga Workshop



Durch die Schnelligkeit unserer Tage bleibt uns oft wenig Zeit für wahre Zweisamkeit. Partner Yoga schenkt uns die Möglichkeit, uns ganz bewusst füreinander zu öffnen und eine tiefe Verbindung herzustellen.

Während im allgemeinen Yoga der Einklang mit dem eigenen Körper und Geist im Vordergrund steht, lernen wir im Partner Yoga die bewusste Verbindung zu unserem Partner, um so gegenseitiges Vertrauen aufzubauen, die Stille zu erreichen und gemeinsam zu genießen, während sich die Energien verbinden und miteinander verschmelzen. So entwickeln wir das Mitgefühl und die Offenheit füreinander und stärken uns gemeinsam.

Wir treten bewusst mit unserem Partner in Kontakt, durch Atemtechnik und Berührung kreieren wir eine Harmonisierung, die nicht nur auf körperlicher Ebene stattfindet, sondern wir berühren auch die emotionale Ebene und umarmen die Seele.

Es geht wieder um Leichtigkeit, Lachen, wirklicher Abbau des Egos und das wahre Gefühl: „Wir sind Eins!“

Anmeldung unter Tel.: 0157-31 38 06 46 oder

[info@meinyoga.me](mailto:info@meinyoga.me), [www.meinyoga.me](http://www.meinyoga.me),

Preis 50€ pro Paar