



**Yoga meets Psychology
by Nina Lejeune**



Traumasesensibles Yoga

In diesem 8-wöchigen Kurs traumasensiblen Yogakurs verbinden wir Elemente aus der Trauma- und Atemtherapie mit sanfter Yogapraxis.

Dieser Kurs richtet sich an alle Menschen, die die Kraft des Yoga psychisch und physisch kennenlernen möchten und keinen offenen Yogakurs besuchen können. Yoga oder Therapieerfahrungen brauchst du keine.

Ablauf: Der Kurs startet, sobald sich genügend angemeldet haben (Minimum 6, Maximum 8).

Wenn du Fragen zu dem Kurs hast, schreib mir gerne eine E-Mail.

www.ninalejeune.de

Das Studio ist nicht barrierefrei – Der Kurs ist queerfreundlich – Start 1x/Quartal