

Yoga für die Gesundheit der Organe durch heilsames Atmen und heilsame Laute



Unsere Organe stehen nach den Lehren der chinesischen und der taoistischen Medizin in direktem Zusammenhang mit unserer Lebensenergie. Dabei wird der Körper durch spezielle Atemtechniken und unter Verwendung bestimmter Atemlaute bei der Umwandlung der mit dem betreffenden Organ verknüpften Emotionen unterstützt und der Heilungsprozess maßgeblich gefördert.

Dieser Kurs richtet sich daher speziell an diejenigen, die an Beschwerden an einem oder mehreren Organen leiden und dadurch in ihrer Lebensqualität eingeschränkt sind und die die Behandlung, die sie durch Osteopathie, Physiotherapie oder manuelle Therapie erhalten intensivieren möchten und natürlich an alle, die etwas für Ihre Gesundheit und das ganze Organsystem beitragen möchten.

Die Übungen in diesem Kurs bestehen aus sechs Atemübungen, die in direkter Beziehung zu den Organsystemen des Körpers stehen und die zur Stimulierung der Energieleitbahnen oder Meridianen, die den jeweiligen Organen zugeordnet sind aktiv beitragen. Durch das Ausführen der entsprechenden Laute wird das Organ entgiftet und der Heilungsprozess beschleunigt.

Die einfachen Körperübungen (ásana) werden in diesem Kurs daher so gestaltet, dass weniger die Bewegung im Vordergrund steht sondern die Ausübung der heilsamen Atmung in Verbindung mit speziellen Körperhaltungen erfolgt und kann in jedem Lebensalter und unabhängig von körperlichen Gegebenheiten praktiziert werden.

Ausführlichere Informationen zum Vini Yoga finden Sie auf unserer Homepage www.gesundheitsteam-koblenz.de oder www.yogaschule-koblenz.de.

Die Liste zur Anmeldung finden Sie an der Rezeption des Gesundheitsteams.

Wir freuen uns auf Sie!