

Sternenklangreise durch den Tierkreis mit Mascha und Jonathura

07 März 2021 online von 11:00 - 13:30



In diesem besonderen Restorative Yoga Special werden wir die heilende Kraft von Klang mit der wirkungsvollen Restorative Yoga Methode zu einem ganzheitlichen und kraftvollen Erlebnis verbinden.

Die Klänge der Planeten und Sterne sind allgegenwärtig und durchströmen uns die ganze Zeit.

In dieser Sternenklangreise werden wir durch den kosmischen Tierkreis reisen und damit auch durch unseren Körper.

Der Tierkreis liegt nicht in unserem Sonnensystem, sondern befindet sich weit jenseits der Planetenbahnen im Interstellaren Raum, zwischen in Sternen, und umhüllt uns in allen Richtungen.

Die Planeten wirken mehr auf unsere konkreten Körpersysteme.
Der Tierkreis wirkt mehr auf unsere Psyche und beeinflusst uns in unseren Charaktereigenschaften.

Trotzdem wirken die Planeten und die Sterne (Tierkreis) in einer Art Wechselwirkung gemeinsam auf uns und prägen uns in unserer Essenz.

Alles ist miteinander verbunden, ein unendlich großes Netz aus Klang dass uns trägt und hält.
Wir sind aus Klang und Sternenstaub gemacht.

Alles in uns, jedes Organ und jede Struktur, hat ihren eigenen Klang.

Durch das sanfte Restorative Yoga werden wir den Körper auf die Reise nach Innen vorbereiten. Dabei die Elemente in uns Harmonisieren und neu Sortieren und Spannungen und Blockaden aus den tiefen Gewebeschichten lösen.

Die Verbindung aus langsamen Bewegungsabläufen, Atemtechniken, Meditation und Klang, stabilisiert das Nervensystem und aktiviert die körpereigenen Abwehrkräfte, so dass wir den Stress loslassen können und neue Kraft und Energie schöpfen.

Jonathura wird seine eigenen Klänge der Gesamtsymphonie der Planeten und Sterne hinzufügen und nimmt uns mit auf eine wunderschöne und heilsame Klangreise durch die Wunderwelt unseres eigenen Körpers.

Persönliches Investment: 27€ (Normalpreis)

20€ (Spezialpreis)

Auf Spendenbasis für diejenigen von euch die gerne dabei sein möchten und sich den Spezialpreis gerade nicht leisten können.

Zur Buchung oder bei weiteren Fragen schreib Mascha unter post@sukhayoga.de

Jonathan (Jonathura) Ries hat Bewegungstheater an der Sporthochschule Köln studiert, ist Musiker, Kreativwanderer und Astronomiebegeistert.

Jonathan praktiziert Yoga und experimentiert mit den vielfältigen Formen von Klang und Bewegung.

www.jonathura.de

Mascha ist Diplomsportwissenschaftlerin, Yogalehrerin und Entspannungstrainerin und leitet seit neun Jahren die ganzheitliche Yogaschule Sukha Yoga Holistic Flow of the Elements.

Mascha praktiziert Yoga seit 23 Jahren und bildet sich fortwährend im Bereich Yoga, Ayurveda, Meditation und Körperarbeit weiter.