



Yoga mit Cranio Sakraler Berührung

**Ashtanga Yoga
Yoga Therapie**

www.mavieyoga.at

**Cranio Sacrale
Behandlung**



MAVIE YOGA CLUB Wien - Yoga & Cranio Sakrale Heilarbeit

Liebe, verehrte Leserschaft!

Dies ist ein kleiner Reminder dafür, dass am kommenden Freitag 16:30 Uhr - 19:00 Uhr wieder ein Workshop stattfindet, zu dem ich Euch recht herzlich einladen möchte. Workshops sind dazu da, gemeinsam ein vorgegebenes Thema zu erarbeiten, zu beforschen und dabei möglichst viele Fragen in den Raum zu stellen, die dann so gut wie möglich auch beantwortet werden sollen.

Dieser Workshop bezieht sich auf die Übungspraxis in der (Intermediate) 2. Serie Ashtanga Yoga. Wenn jemand schon so weit in der Übungspraxis vorgedrungen ist, der- oder diejenige ist wahrscheinlich mit dem energetischen Konzept dieser aussergewöhnlichen und wertvollen Übungspraxis, bereits ebenfalls vertraut. Wenn dem nicht so ist, dann dient dieser Workshop auch dazu, um dieses Konzept für sich selbst nochmals zu verstehen und in die eigene Praxis einfließen zu lassen. Dieser Workshop dient dazu um die ersten Schritte in diese neue Asana Sequenz zu tun. Es ist eine Ergänzung, eine Erweiterung, eine Bereicherung dessen, was wir ohnehin schon üben. Es ist nicht das Ziel sich mit der 2. Serie zu schmücken, es ist das Ziel aus der 2. Serie noch mehr energetischen Nutzen für sich zu beziehen.

Den größten Teil meines Lebens beschäftige ich mit Energien. Wie Energien den Alltag beeinflussen können, wie ich Energie für mich positiv nutzen kann, wie ich Energien transformieren, leiten, bewegen, steigern und auch ins Fließen bringen kann. Im vollen Bewusstsein, dass jeder Gedanke, jedes Wort, jede Absicht, jede Tat Träger von Energie ist, weiß ich, welche Kraft von Energien, vor allem wenn sie gebündelt ist, ausgehen kann.

"Die Erfahrung lehrt uns und gibt uns im günstigsten Fall die Kraft für Veränderung. Lasst uns mutig neue Wege gehen und neue Erfahrungen sammeln. Den Blick stets auf das Positive gerichtet und wissend, dass alles was uns hier auf dieser Erde begegnet, eine ewige Kette, bestehend aus Ursache und Wirkung, ist."

Dem Körper und dem Geist die Chance geben zu heilen!
Yoga & Cranio Sakrale Körperarbeit

In diesem Sinne - herzlichst
Manuela

MYCV - MAVIE Yoga Club Vienna

ANFÄNGERKURS, WORKSHOP, Sonstiges...

Anfängerkurs im Oktober

Der nächste Anfängerkurs beginnt im Oktober.

Immer Dienstags von 19:10 Uhr - 20:40 Uhr

Kosten: 150 Euro für 6 Einheiten

Anmeldungen erbeten. Es werden nur 6 Plätze vergeben.





Die Ashtanga Yoga Praxis ist keine Trend oder Mode Erscheinung. Wer dieses Praxis für längere Zeit in sein Leben integriert hat, wird ohne diese Art von Yoga nicht mehr auskommen können.

Diese Praxis bringt Menschen zum Leuchten, bringt Menschen dazu über die eigene Bestimmung im Leben nachzudenken und diese auch zu finden oder ihr zumindest näher zu kommen. Aus dieser Praxis entsteht so viel Gutes.

Es gibt ganz viele Gründe Ashtanga Yoga zu praktizieren, und keinen einzigen es nicht zu tun.

Der Stundenplan ist aktuell! Es gibt ein paar neue Impulse in manchen Stunden, die wir gemeinsam erüben, erspüren und beforschen wollen.

BUCH EMPFEHLUNG: Viele werden dieses Buch wahrscheinlich schon kennen. Wer es nicht kennt, denjenigen empfehle ich es aufs Herzlichste.

HERMANN HESSE - SIDDHARTHA

Ein Buch, dessen Tiefe in der kunstvoll einfachen und klaren Sprache verborgen liegt, einer Klarheit, die vermutlich die geistige Erstarrung jener literarischen Philister aus dem Konzept bringt, die immer so genau wissen, was gute und was schlechte Literatur ist. Einen Buddha zu schaffen, der den allgemein anerkannten Buddha übertrifft, das ist eine unerhörte Tat, gerade für einen Deutschen. Siddhartha ist für mich eine wirksamere Medizin als das Neue Testament.-

Henry Miller

Dein Geist ist ein Garten.
Was du säst,
wächst.



WORKSHOP:

September: Freitag 25. September von 16:30 Uhrk - 18:50 Uhr.
Prinzipien von Yoga - Herangehensweise an die 2. Serie, der
eine stark öffnende und kräftigende Eigenschaft innewohnt.

Einbau von Asanas in der bestehenden Übungspraxis. Fragestellung:
Welche Asanas kann man als Praktizierende(r) einbauen und wie soll die
Herangehensweise sein. Diese Fragen sind nur individuell beantwortbar.
Im Workshop finden wir die Antworten dazu und setzen diese in der
Übungspraxis um.

Jeweils ein Workshop: 40 Euro

NEUES / BLOG aus der Cranio Sakralen Behandlungswelt

Cranio Sakrale Behandlung - Energetisch im Gleichgewicht

<https://www.mavieyoga.at/energtetisch-im-Gleichgewicht/>

Cranio Sakrale Behandlung - Ursachenarbeit versus Symptom Behandlung

<https://www.mavieyoga.at/cranio-sakrale-behandlung-ursachenarbeit-versus-symptom-behandlung/>

Cranio Sakrale Behandlungen - Online Anmeldung



Menschen sehnen sich nach Entspannung und Ruhe die anhält. Klarheit finden, die Raum für Neuorientierung bereit hält. Schmerzlinderung auf allen Ebenen. Das eindruckliche Gefühl von Frieden in sich wahrnehmen und erhalten.

All diese positiven Erlebnisse sind Resultat und Teil einer Cranio Sakralen Behandlung.

Termine entweder per Email oder Online.

<mailto:Manuela@mavieyoga.at>

Homepage:

<https://www.mavieyoga.at/craniosacral/>

BLOG zum Thema Yoga & Cranio Sakrale Behandlungen verfasst von Manuela

Der Hexenschuss

<https://www.mavieyoga.at/der-hexenschuss/>

Geschrieben von Manuela Jordan-Sima

Wenn der körperliche Schmerz eigentlich ein seelischer Schmerz ist

<https://www.mavieyoga.at/wenn-der-schmerz-tief-im-knochen-sitzt/>

Geschrieben von Manuela Jordan-Sima



Manuela
Jordan-Sima
Yoga &
Cranio

manuela@mavieyoga.at
+43 676 56 660 28
Gentzgasse 13/1
1180, Wien

