



## Yoga Praxisstunden und mehr!

Liebe LeserInnen,

mit Leichtigkeit bringt der Sommer uns in die Aktivität, die Natur erwartet uns mit ihrer Fülle und wir schwimmen, wandern, gärtnern und verweilen ganz nach unseren persönlichen Bedürfnissen und Möglichkeiten. Yoga ist fürs Leben da und so bieten wir ab sofort wöchentliche [Übungsstunden](#) an, die den Themen unserer [Yogatherapie-Tage](#) zeitlich und inhaltlich folgen und für alle Interessierten, Betroffenen und Yogalehrenden offen sind. Diese Angebote finden online statt über Zoom und werden als Videoaufzeichnung ein halbes Jahr lang zum Ansehen und Weiterüben bereitgestellt.

Die aktuellen Themen sind [Yoga bei Osteoporose](#) und die [Wirbelsäule](#). Der [Yogatherapie-Tag zur Wirbelsäule](#) findet am 24. Juni 2023 statt, darauf folgt eine Kollaboration [Yoga rund um den Stuhl](#) mit [Willem Wittstamm](#) am 01. Juli 2023.

[BREATH](#) - the effects of gentle prāṇāyāma on our circulatory and lymphatic system, our immune and digestive system - sind Thema unseres 100h Yogatherapie Intensiv-Seminars zweiter Teil vom 16.-18. Juni 2023 in Prag in englischer Sprache; auf Deutsch beginnt die wochenendbasierte fünfteilige Fortbildung im kommenden Jahr :)

Ganz bald, vom 31. August bis 3. September 2023 kommt das ganze Momentum Regeneration Referenten Team live ins Ökodorf Siebenlinden zum [Yogatherapie-Symposium](#); der Einstieg oder die Vertiefung des therapeutischen Yoga in Praxis und Theorie sowie der rege Austausch im natürlichen Umfeld wird ein ganz besonderes Ereignis sein in unserem Jahreskalender.

Für persönliche Anliegen im Yoga und Ayurveda bieten wir Einzelstunden an, schaut dazu gern auf die [Dozentenseite](#).

Wir freuen uns, gemeinsam mit euch zu wachsen ins DA-Sein und grüßen herzlich

Katharina und Günter

---

**Dr. med. Günter Niessen**

Goßlerstr. 5

Sie erhalten diese E-Mail, weil Sie sich auf unserer



[Abmelden](#)