

# Workshop Chakras

## Samstag, 21. Januar 2023

Die Chakras sind Energiekreise entlang unserer Wirbelsäule, die unser Wohlbefinden beeinflussen. Erfahre mit welchen einfachen Mitteln du jedes Chakra aktivieren, stärken und in Balance bringen kannst.

Lust auf eine Chakra-Reise? Dann lass uns an diesem Tag gemeinsam Yoga üben, Erfahrungen austauschen und eine gute Zeit miteinander verbringen.



**Kursleiterin: Kornelia Roßberg**

**Termin: Samstag, 21. Januar 2023, 10:30 - 13:00 Uhr**

**Treffpunkt: voraussichtlich Multifunktionsraum**

**Kursgebühr: 25 Euro**

Yoga Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Sportgesundheit ist Voraussetzung.  
Bitte eine Yogamatte (falls vorhanden, rutschfest), etwas zu trinken und eine Decke mitbringen. Vor Kursbeginn keine größeren Mahlzeiten einnehmen.  
Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Bitte rechtzeitig und verbindlich anmelden bei der Geschäftsstelle:  
TSV GutsMuths, Wullenweberstraße 15, 10555 Berlin  
info@tsvgutsmuths-berlin.de, www.tsvgutsmuths-berlin.de Tel. 030/3932440  
Postbank Berlin  
IBAN: DE38 1001 0010 0015 1501 04 - BIC: PBNKDEFF