

Sense 4 Life YOGA



Was hat Kreativität mit Yoga zu tun?

Sehr viel! Denn um kreativ sein zu können, benötigen wir einen freien Kopf. Yoga führt weg von der Kopfebene hin zu der Gefühlsebene und Intuition. Und genau das ist der Kern von Kreativität. Den Kopf frei zu machen, um vorgegebene Denkpfade und Überzeugungen loszulassen und zu schauen, was daraus erwächst. Die gezielt ausgesuchten Yogahaltungen wirken inspirierend und geben Selbstvertrauen. Regelmäßige, dauerhafte Yogapraxis bewirkt Veränderungen im Denken und Handeln und schafft neue neuronale Verbindungen.

KREATIVER DURCH YOGA! WORKSHOP - Sonntag, 7. Oktober 2012



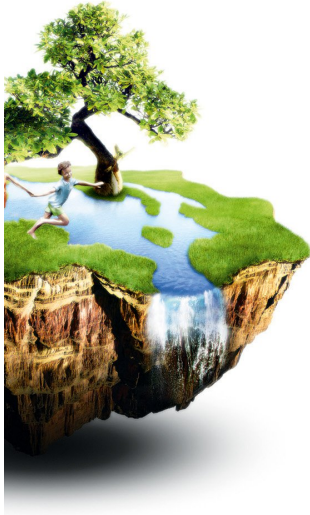
Die in Kreativitätstechniken ausgebildete Mediatorin und Juristin, Sandra Cramer, und die Hatha-Yogalehrerin, Larisa Vlasov, helfen Ihnen in diesem besonderen Workshop mit viel Spaß und ungewöhnlichen Methoden einen neuen Zugang zu Ihrer eigenen Kreativität zu erhalten. Sie kehren mit wertvollen und wirklich umsetzbaren Anregungen zurück in Ihren – danach sehr kreativen – Alltag.

Tel. 089 / 72 62 52 01

www.sense4life.de

larisa@sense4life.de





WORKSHOP

KREATIVER DURCH YOGA!

Neue Perspektiven zur Kreativität gewinnen

In diesem Workshop geht es auch um Theorie, aber wesentlicher darum zu erkennen, wie Ihre persönliche Einstellung Ihre Kreativität beeinflusst und welche Faktoren für Sie die besten sind, um einen Zugang zu Ihrer Kreativität zu finden. Sie gewinnen in unserem Workshop Klarblick für Ihre persönlichen Kreativitätsquellen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich! Sandra Cramer und Larisa Vlasov sind erfahrene und einfühlsame Workshopleiterinnen, die sich Ihrer Themen professionell und tiefgründig annehmen. Es wird Ihnen sicher viel Spaß machen.

Datum: Sonntag, 7. Oktober 2012

Ort: ASZ Haidhausen, Wolfgangstraße 18, 81667 München

Zeit: 10.00 – 17.00 Uhr (mit Mittagspause)

Preis: 99 €

Kontakt und Anmeldung: info@sense4life.de oder telefonisch unter 089 / 72 62 52 01 oder 0177/ 89 32 24 3



Sandra Cramer
Mediatorin, Juristin
systemische Fortbildung
Seminarleitung zu Themen
wie Kreativitätstechniken

Larisa Vlasov
Yoga-Lehrerin SKA
(krankenkassenanerkannt)
Hatha-Yoga in der Tradition von
B.K.S. Iyengar

