



Amrita Harjeet Yoga

# Wöchentliches Kundalini Yoga

Dienstag um 16 und 18 Uhr

Schenke dir 90 Minuten in der Woche in denen du dir eine Auszeit vom Stress nehmen darfst. Lerne wieder, dir mit einfachen Mitteln Entspannung zu schenken und deinem Geist und Körper Kräftigung und Ruhe zu geben, um den Herausforderungen des Alltags besser zu begegnen.

**Ganz flexibel** per Video-Download der aktuellen Stunde, Live über Zoom und vor Ort in Kronau.

**Kostenlose Schnupperstunde, Einstieg jederzeit möglich!**

Einzelne Stunden buchbar für 11€ bzw. ermäßigt 9,50€ oder **10er-Karte** für 90€ bzw. ermäßigt 75€ für Mitglieder des TSG Kronau e.V und allen Mitarbeiter\*innen im Sozialwesen!

Anmeldung bei Anja Rübke unter [amrita.harjeet@gmail.com](mailto:amrita.harjeet@gmail.com)  
oder

0151 27062235 Instagram: [amrita\\_harjeet\\_kaur](https://www.instagram.com/amrita_harjeet_kaur)

International anerkannte Kundalini Yogalehrerin  
Stufe 1 durch das Kundalini Research Institute und 3HO e.V.  
Mitglied des Berufsverbandes des 3HO e.V.  
[www.3ho.de](http://www.3ho.de)