

## Yoga und Klang für Paare



**Termin: 09.02. bis 11.02.2018**

Geben, Empfangen, Vertrauen, Einlassen, Abgrenzen, Unterstützen, Annehmen ...  
- all dies sind Aspekte einer nahen Partnerschaft.

Sie begegnen uns auch in Yogaübungen, wenn wir sie in Variationen zu zweit  
achtsam und einführend praktizieren. Klänge von Monochorden und Klangschalen  
öffnen einen entspannenden Raum und bringen uns in Resonanz.

Paare können durch konkrete Erfahrung von beidseitiger Stärkung, natürlichem  
Rückhalt, entspannender Berührung, wohlthuender Wertschätzung und neuer  
Vertrautheit im einfühlsamen Miteinander wachsen.

**Kurstitel:** Yoga und Klang für Paare  
**Päd. Verantwortung:** Nicole Aweh, LHVHS  
**Referenten:** Kerstin I. Panknin, Yoga  
Stephan Baecke, Klang  
**Anreise:** Freitag, 09. Februar 2018 ab 16.00 Uhr  
**Kursbeginn:** **Freitag, 09. Februar 2018 17.00 Uhr**  
**Kursende:** Sonntag, 11. Februar 2018 13.00 Uhr

**Kursgebühr:** 172,00 € -190,00 €  
(einschl. Unterkunft im DZ/Vollverpflegung);  
EZ Zuschlag 12,00€/Nacht

**Anmeldung/Ort:** Ländliche Heimvolkshochschule Thüringen e.V.  
Kloster Donndorf 6  
06571 Donndorf  
Tel.: 034672 /851-0 Fax: 034672 / 851-20  
E-Mail: [LHVHS@klosterdonndorf.de](mailto:LHVHS@klosterdonndorf.de)  
Internet: [www.klosterdonndorf.de](http://www.klosterdonndorf.de)

P.S.: Die LHVHS verfügt über eine Sauna.  
Bitte bringen Sie Bademantel und Badesandalen mit.