

ChiYoga DANCE – Special

Liebe Mitglieder,

am **Sonntag, den 22.05.2022** bieten wir erstmalig ein ChiYoga DANCE Special an. Dafür haben wir die Yogatrainerin Elena Bauer zu uns ins Studio eingeladen, damit sie Euch in die Welt des ChiYoga DANCE entführen kann. Der Kurs **beginnt um 11 Uhr** und wird **ca. 1 Stunde** dauern.

Doch was ist ChiYoga DANCE eigentlich?

Beim ChiYoga DANCE verschmelzen die Asanas (überwiegend ruhende Körperstellungen) aus dem Yoga mit tänzerischen Elementen zu einer äußeren Choreografie und einem inneren Flow. Die Verbindung aus diesen beiden Elementen schafft einzigartige Erfahrungsräume, stärkt den Körper und befreit den Geist jedes Teilnehmers individuell - ganz nach dem Motto „**Raus aus dem Kopf, rein in den Körper**“. Charakteristisch und prägend dabei ist das Zusammenspiel und die Interpretation von Musik, Bewusstsein und Bewegung.



Elena Bauer wird Euch einen ersten Einblick in das ChiYoga DANCE geben. Sie ist eine ausgebildete ChiYoga DANCE Trainerin und besitzt neben dieser Lizenz eine **Intensive Yoga B-Lizenz** und noch viele mehr.

Haben wir Euer Interesse geweckt? Dann **meldet Euch beim Servicepersonal bis zum 20.05.2022** an und seid dabei!