

Karin Maier

**Ausbildungen:**

Zertifizierte Yogalehrerin (YAA300)

Yogatherapie (RYT200)

Singleiterin für heilsames und gesundheitsförderndes Singen

**Karin Maier**

Yoga & Singen:

Ganzheitliches Yoga

Singkreise

Intention:

Ich begleite meine Teilnehmer dabei sich selbst ein Stück näher zu kommen. Das beginnt damit, den eigenen Körper bewusst wahrzunehmen und zu spüren, was er braucht und wo seine Grenze ist. Daher ist es mir beim Yoga so wichtig, den Leistungsgedanken loszulassen und in den Übungen nur so weit zu gehen, wie es dem Körper momentan möglich ist. Auf diese Weise kann ein liebevoller Umgang sich selbst gegenüber entstehen.

In den Singkreisen singen wir begleitet von Harmonium, Gitarre und Trommel herzöffnende Mantren, kraftvolle und heilsame Lieder aus aller Welt und nähren und stärken damit uns selbst.

Gemeinsam singen, lauschen und fühlen, von kraftvoll, freudvoll bis bewegend und berührend.

Ausbildungen:

Zertifizierte Yogalehrerin (YAA300)

Yogatherapie (RYT200)

Singleiterin für heilsames und gesundheitsförderndes Singen

Karins Yoga, Pattighamried 6, 4910 Pattigham/Oberösterreich

Tel.: +436509493048

Mail: [karin-maier@gmx.at](mailto:karin-maier@gmx.at)

Homepage: [www.karinmaier.at](http://www.karinmaier.at)

Yogastunden:

Montag: 18:00 Uhr & 20:00 Uhr

Mittwoch: 9:00 Uhr & 18:30 Uhr

Donnerstag: 19:00 Uhr

Singkreise regelmäßig freitags [www.karinmaier.at/frauensingkreis](http://www.karinmaier.at/frauensingkreis)