

## Meditatie met Ganga Puri

Vrijdag 21 juni 2019



**Ganga Puri is een geweldige internationale yoga leraar.**

**Mediteren** (dhyana) is louter zijn, in het hier en nu. Bijvoorbeeld volg je adem, tel de in- en uitademing, of zeg in stilte een mantra. Bij mediteren observeer je je wat er verschijnt in het moment. Ganga leert je hier graag meer over.

Laat je verrassen en verwonder wat mediteren voor jou kan betekenen.

**Schrijf je snel in, want vol is vol!**

De kosten voor deze workshop is € 37,50.

De les wordt in het Engels gegeven

Anmelden kan via [info@yogamaarssen.nl](mailto:info@yogamaarssen.nl)

