

108 SONNENGRÜSSE

Samstag, 21.12.2024



Warum denn 108 Sonnengrüße?

In Indien gilt die Zahl 108 als die heiligste aller Zahlen, sie begegnet uns immer wieder. Die alten Geheimlehren der Inder, die Upanishaden, bestehen offiziell aus 108 einzelnen Texten. Die Bhagavad Gita hat 18 Kapitel. Es gibt 108 Namen von Shiva, von Vishnu, von Ganesha, Krishna (von allen Göttern). Ein Mala (Meditationskette) hat 108 Perlen.

Sonne tanken für die Winterzeit!

Wir feiern die Kraft der Sonne!

am 21.12.2024
um 14:00 Uhr (Dauer ca. 90 Minuten)
in Reccas Studio, Breite Str. 28a, 50226 Frechen

Eine regelmäßige Yogapraxis bereitet Dich optimal auf diesen Workshop vor.

Die Teilnahme ist für Mitglieder und Urban Sports Mitglieder kostenlos (Buchung über die App), Für Nichtmitglieder kostet die Teilnahme 15€. Die Anmeldung ist per SMS/WhatsApp/Signal oder Email möglich.