



**Tsa Lung,
Ademhalingsyoga**

**Tsa Lung Foundation
Beginnersreeks Tsa Lung**



Tsa Lung Foundation - beginnersreeks

Yoga studio, Tarayogini, Kluisbergen



In de Tsa Lung Foundation reeks leer je de basisoefening van Tsa Lung alsook leren we hoe we de wind op een correcte manier kunnen houden.

We werken met mantra's – visualisaties – het houden van de windenergie.

Alsook een bewegingsoefening met het houden van de adem om de verschillende chakra's te openen.

Na de beginnersreeks kan je als je wenst de Tsa Lung Trulkhor, Ancestor Yogi and Yogini great path of liberation volgen.

Info Tsa Lung Foundation - beginnersreeks

Datum	<i>3 en 10 september 2021</i>
Uur	19:00 – 21:00
Prijs	80 € voor de reeks
Plaats	In kluisbergen en/of online zoom
Inschrijven	Klik hier