



## WORKSHOP “YOGALLAGE”

- Daten: jeweils samstags  
26. November 2011  
14. Januar / 11. Februar / 10. März 2012
- Zeit: 9.00 - 13.30 Uhr
- Ort: Atelier es2, Sylvia Eichmann-Süess  
Luzernerstr. 32, 6030 Ebikon  
(Eingang Kaspar-Kopp-Strasse)
- Kosten: CHF 100.00 pro Person/Workshop inkl. Material
- Anmeldung: 079 603 06 87 Anita / [suess@yogacenterluzern.ch](mailto:suess@yogacenterluzern.ch)
- mehr Infos: [www.yogallage.com](http://www.yogallage.com)



## **Was ist YOGALLAGE?**

Yogallage besteht aus:

- 2 Std. Collage Art (Kreativität) und anschliessend
- 2 Std. YOGA (Körperübungen, Atem, Meditation)

### **Collage Art (SoulCollage®)**

zeigt Möglichkeiten Deine Vorstellungskraft zu stimulieren, Deine Kreativität einzusetzen und verschiedene Aspekte in Deinem Leben besser zu integrieren.

Wir "künstlern" Karten, die unsere energetischen Muster, verschiedenen Charakterzüge, Beziehungen und die persönliche Mythologie repräsentieren. Die Karten werden auf eine ganz intuitive Art aus Fotos, Bildern von Heften, Zeitungen, Karten usw. ausgeschnitten und aufgeklebt. Es benötigt dazu keine künstlerischen Vorkenntnisse!

Es ist eine auf spielerische Art erfüllende, anregende, tiefgründige und heilende Reise nach innen zu Dir selbst!

### **YOGA (Körperübungen, Atem, Meditation)**

vermitteln Kraft, Flexibilität, Energie, Klarheit, Vitalität, innere Stabilität, Ruhe, Ausgeglichenheit und Freude am Bewegen. Auf emotionaler, geistiger und körperlicher Ebene lösen sich Entspannung und Stress.

### **Yogallage**

ist ein persönliches Entwicklungs-Werkzeug, das Deine Wurzeln kräftigt und Dir Flügel gibt um zu fliegen! Meine Schwester und ich haben diesen Workshop während unseres Yoga und Art (SoulCollage®) Studiums in den U.S.A. 2011 kreiert.

Wir freuen uns auf gemeinsames Bewegen und Kreieren

Anita Süess und Sylvia Eichmann-Süess

