

Trainerin



Gabriela Kohl - Sat Deva Kaur, Mutter von 5 Kindern, begann mit dem Studium des Kundalini Yogas nach Yogi Bhajan 1978 während eines 9-jährigen Italienaufenthaltes.

Seit 1990 studiert und praktiziert sie Gatka. Lernte bei verschiedenen Lehrern wie Nanak Dev Singh Khalsa, Nidar Singh, Ranjit Singh und Dilbah Singh. Während eines 1-jährigen Lehrauftrags in Indien rundete sie ihr Erfahrungsspektrum in Kundalini Yoga und Gatka ab. Sie ist anerkannte Lehrerin der IGF - international Gatka Federation.

Sie unterrichtet in deutscher, englischer und italienischer Sprache.

GATKA



**Das Wissen
um die Macht in der Bewegung**

Der Tanz mit dem Schwert
Indische Kampfkunst – Selbstverteidigung



Workshop

**Die Strickfabrik
Liebknechtstraße 131
63303 Dreieich-Sprendlingen**

**bei
Frankfurt am Main**

Kundalini Yoga und Gong Meditation

**mit
Uwe Caspary**



Workshop

**Die Strickfabrik
Liebknechtstraße 131
63303 Dreieich-Sprendlingen**

**bei
Frankfurt am Main**

Termine 2010:

Samstag 17. April
von 14.00 – 18.00 Uhr

Samstag 29. Mai
von 14.00 – 18.00 Uhr

Wochenende
Samstag 26. Juni
von 14.00 – 18.00 Uhr
Sonntag 27. Juni
von 10.00 – 14.00 Uhr

Kosten: 45,- €
Samstags Workshop

Kosten: 85,- €
Wochenend Workshop

Gesamt: 160,- €



Anmeldung und Info
Sabine Ward
☎ (0 61 02) 78 78 19
sabineward@msn.com

Bitte mitbringen
Bequeme Sportkleidung
und Hallenschuhe
Trinken

GATKA ...

nordindische Kampfkunst der Sikhs...

- ist das Wissen um die Macht in der Bewegung
- ist eine dynamische Kunst der Selbstverteidigung und verbindet

Atemführung

Meditation

Musik und Tanz

Konzentrationsfähigkeit, Durchhaltevermögen, Koordination, Ausgeglichenheit und Gesunderhaltung von Körper, Geist und Seele sind Resultate eines regelmäßigen Trainings.

Das sich positiv auf die Stärkung der Aura, des Immun- und Nervensystems auswirkt um den Alltag gelassener zu meistern.

Trainiert wird mit Stöcken und Maraties die vor Ort gestellt werden.

Gatka, Kundalini Yoga und Gong Meditation

Wochenende
Samstag 26. Juni
von 14.00 – 18.00 Uhr
von 18.30 – 20.30 Uhr
Sonntag 27. Juni
von 10.00 – 14.00 Uhr

Kosten: 95,- €
Wochenend Workshop

Kundalini Yoga und Gong Meditation

Samstag 26. Juni
von 18.30 – 20.30 Uhr

Kosten: 15,- €

Anmeldung und Info
Sabine Ward
☎ (0 61 02) 78 78 19
sabineward@msn.com

Bitte mitbringen
Bequeme Kleidung, Matte/Decke
Wollsocken und Trinken