

Die Tiefe des Themas Entspannung in Kum Nye



Freitagabend, den 21. und Samstag, den 22. August 2026

Flexibilität und Entspannung beziehen sich in Kum Nye nicht nur auf die physische Ebene, sondern in tiefgreifender Weise auch auf den Geist und unsere Seinsweise in der Welt. In diesem Kurs widmen wir uns der Schönheit dieser Praxis auf mehreren Ebenen: in der Übung von Bewegungsformen, der Regulation des Atems, der Öffnung des Herzens und der Sinne und durch Beschäftigung mit verschiedenen Ideen, die den konzeptionellen Rahmen von Kum Nye als einer nicht-dualistischen Lehre und Praxis verdeutlichen. Wir studieren einen kleinen Kum Nye Tanz zum Thema ein und es gibt einen kurzen Impulsvortrag.

Freitagabend 19 bis 21 Uhr

Samstag 10 bis 16 Uhr mit kleiner Mittagspause (bitte was mitbringen)

Ort: Praxis Stefan Peters, Fregestraße 27 in 04105 Leipzig

Auf Spendenbasis

Der Kurs kann nur als vollständige Veranstaltung besucht werden, stundenweise Teilnahme ist nicht möglich.

Anmeldung bei Richard: info@freiburg-kumnye.de