

Namasté und herzlich willkommen bei



**„Nur im ruhigen Teich
spiegelt sich das Licht der Sterne.“**

Buddha

Carmen Hülsmann

Kreativität und der Wunsch, sowohl den fassbaren als auch den scheinbar unbegreiflichen Dingen auf den Grund zu gehen, begleiten mich seit meiner Kindheit. Stille beglückt mich, die Begegnung mit der Welt inspiriert und lehrt mich.

1972 wurde ich in Offenburg geboren. Ich habe an verschiedenen Orten gelebt. Vor einigen Jahren bin ich mit meinem Mann und unseren 3 Söhnen nach Appenweier zurückgekehrt. Als Kunstpädagogin arbeite ich an der Kunstschule in Offenburg.

Yoga lernte ich als Schwangere in Berlin kennen. Dabei machte ich die Erfahrung, dass Yoga meinen Körper und Geist stärkte und meine Seele berührte. In einer Lebenskrise erinnerte ich mich an diese positiven Erfahrungen des Yoga.

So wurde ganzheitlicher Yoga vor zwei Jahren Teil meines Lebens und führt mich immer wieder in meine Balance, zu Achtsamkeit und bewusster Wahrnehmung. Das ist für mich beglückend, schenkt mir innere Weite und das Gefühl, getragen zu sein.

Im Januar 2017 werde ich in Goldscheuer einen Anfängerkurs anbieten. Dieser beinhaltet Informationen über die Schätze des Yoga für den Alltag und das Erlernen von sanften Körperübungen, Atem- und Entspannungstechniken. Manche Körperübungen lassen sich neben der Übungspraxis spielerisch in den Alltag integrieren.

Herzlich möchte ich dazu einladen, Yoga mit mir zusammen zu entdecken. Ich freue mich auf die Begegnungen. Weitere Informationen gebe ich gerne telefonisch oder per Mail.

Namasté - das Göttliche in mir grüßt das Göttliche in dir.

So erreichen Sie mich:

Carmen Hülsmann, Yogalehrerin (YAB)

Telefon: 07805 - 9167868 (AB)

Carmen@ortenau-yoga.de