

Wie Yoga wirkt

- alte Konzepte
und neue Forschungen -

Vortrag von Ingrid Wiltschek
am Samstag, 15. Februar 2025, 18:30 – ca. 20:00
in der Yogaschule Tübingen, Wilhelmstraße 3, 2. St.



Was versprechen sich Menschen vom Yoga?

- Abschalten, entspannen, besser atmen lernen?
- Geistig-spirituelle Weiterentwicklung?
- Körperliche Gesundheit?

Heilt und verjüngt Yoga wirklich?
Ist es ein therapeutisches Verfahren
oder einfach nur gute Gymnastik?

Wie, wann und warum wirkt Yoga eigentlich?

In ihrem Vortrag wirft die Yogalehrerin und Sozialwissenschaftlerin Ingrid Wiltschek einen kritischen Blick auf die erwarteten „Wunderwirkungen des Yoga“. Denn Forschungen der letzten 10 Jahre haben ganz andere Zusammenhänge entdeckt, als bisher angenommen wurde.

Lassen Sie sich überraschen!

Bitte rechtzeitig (!) anmelden per Telefon 07473 6877
oder Mail: wiltschek@gmx.de

www.yoga.mudra.de

Wie Yoga wirkt

- alte Konzepte
und neue Forschungen -

Vortrag von Ingrid Wiltschek
am Samstag, 15. Februar 2025, 18:30 – ca. 20:00
in der Yogaschule Tübingen, Wilhelmstraße 3, 2. St.



Was versprechen sich Menschen vom Yoga?

- Abschalten, entspannen, besser atmen lernen?
- Geistig-spirituelle Weiterentwicklung?
- Körperliche Gesundheit?

Heilt und verjüngt Yoga wirklich?
Ist es ein therapeutisches Verfahren
oder einfach nur gute Gymnastik?

Wie, wann und warum wirkt Yoga eigentlich?

In ihrem Vortrag wirft die Yogalehrerin und Sozialwissenschaftlerin Ingrid Wiltschek einen kritischen Blick auf die erwarteten „Wunderwirkungen des Yoga“. Denn Forschungen der letzten 10 Jahre haben ganz andere Zusammenhänge entdeckt, als bisher angenommen wurde.

Lassen Sie sich überraschen!

Bitte rechtzeitig (!) anmelden per Telefon 07473 6877
oder Mail: wiltschek@gmx.de

www.yoga.mudra.de

Wie Yoga wirkt

- alte Konzepte
und neue Forschungen -

Vortrag von Ingrid Wiltschek
am Samstag, 15. Februar 2025, 18:30 – ca. 20:00
in der Yogaschule Tübingen, Wilhelmstraße 3, 2. St.



Was versprechen sich Menschen vom Yoga?

- Abschalten, entspannen, besser atmen lernen?
- Geistig-spirituelle Weiterentwicklung?
- Körperliche Gesundheit?

Heilt und verjüngt Yoga wirklich?
Ist es ein therapeutisches Verfahren
oder einfach nur gute Gymnastik?

Wie, wann und warum wirkt Yoga eigentlich?

In ihrem Vortrag wirft die Yogalehrerin und Sozialwissenschaftlerin Ingrid Wiltschek einen kritischen Blick auf die erwarteten „Wunderwirkungen des Yoga“. Denn Forschungen der letzten 10 Jahre haben ganz andere Zusammenhänge entdeckt, als bisher angenommen wurde.

Lassen Sie sich überraschen!

Bitte rechtzeitig (!) anmelden per Telefon 07473 6877
oder Mail: wiltschek@gmx.de

www.yoga.mudra.de