

# KALARI EXPERIENCE

RESILIENZ DURCH KÖRPERARBEIT

Kalari ist eine traditionelle südindische  
Bewegungskunst. In diesem Workshop nutzen  
wir ausgewählte Elemente daraus als  
methodisches Werkzeug zur Stressregulation  
und Stabilisierung.

# WORKSHOP

LEHNPLATZ 20  
URVANI YOGA & MEHR

SAMSTAG, 25. APRIL 2026  
9:00–12:00 UHR

URVANI.CH