

Rauhnächte

Die Rauhnächte beschreiben Deine Zeit zwischen den Jahren.
Alles scheint still zu stehen, wir erholen uns von der Aufregung des Jahres, halten inne, ziehen ein Resümee und richten uns neu aus.
Die Rauhnächte beginnen aus kosmischer Sicht mit der Wintersonnenwende. Am 21. Dezember 2025.
Dem dunkelsten Moment des Jahres, wenn das Licht neu geboren wird. Jeder der anschließenden Tage entspricht einem Monat des neuen Jahres.
Bei diesem Workshop reisen wir mit unserem Körper, unserer Seele und unserem Geist in das neue Jahr, reinigen, imaginieren, visionieren.
Und werden so zu den GestalterInnen unserer Zukunft.
Für das Merkurjahr 2026.
Bei diesem Workshop sind wir auf der Yogamatte, kraftvoll, fließend, still und laut. Yoga bildet den Schwerpunkt. Atem, Meditation, Tanz, Stimme, Manifestation und Vision sind unsere Begleiter.
Dieser Workshop richtet sich an Anfänger wie Fortgeschrittene.

Dauer 3 Stunden

Kosten: 55€

Datum: 12.12.2025

Ort: ABITYOGA Studio Moabit , Alt-Moabit 104

Leitung: Kirsten Hanser

Über mich

Kirsten Hanser.

Meine Berufe sind meine Berufung.

Ich arbeite seit Jahrzehnten hauptberuflich als Astrologin, unter anderem 18 Jahre für das Sat1 Frühstücksfernsehen, sowie in eigener Praxis als Beraterin und Coach.

Ich habe Podcasts produziert, im Juli 2024 eine eigene Plattform , die Astronews Community gegründet, und liebe das Schreiben. Zwei Bücher habe ich geschrieben.

Momentan arbeite ich für die VOGUE Germany und das Freundin Magazin.

Seit 2012 gebe ich Yogaretreats auf der griechischen Insel Karpathos, dort lebe ich phasenweise auch. Ich unterrichte im Yogaraum Zossen, früher in Berlin.

Therapeutisch bin ich u.a. ausgebildet in Cranio- Sakral Therapie, als Schmerztherapeutin nach Liebscher und Bracht, in der Hypnosetherapie, als NLP Master und Heilpraktikerin.

Yoga ist meine Passion, hier habe ich 2008 meine Ausbildung absolviert, mich in Yin, TCM und diversen Workshops weitergebildet und einen eigenen Stil entwickelt. Um die Lehren des Yoga mit der Zeitqualität der Astrologie und der Astromedizin zu verbinden.

Mein Unterricht ist kraftvoll, humorvoll und bunt.