

Qi- Gong und Meditation

Zur Ruhe kommen durch bewusstes Wahrnehmen.

Körper, Geist und Seele gelangen in Harmonie. Die Selbstheilung wird aktiviert durch die 5 Elemente Übungen.

Die Klangschalenmeditation bringt dir innere Ruhe und Entspannung. Blockaden werden gelöst.

Mitzubringen sind Matte, Decke und Polster

Kursbeginn: Montag, 29. Jänner 2024
Dauer: 10 Abende von 18:15 bis 19:30 Uhr
Ort: Kindergarten Ramingdorf
Beitrag: 95 Euro
Anmeldung: Firma H(e)igh Life
Heidelinde Lumplecker
Dipl. Entspannungstrainerin, Qi-Gong Trainerin
0680/125 49 94

