

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

