



Avata-Meditation

Avata-Meditation richtet den Blick auf die Innenwelt. In einer angenehmen, ruhigen und liebevollen Umgebung werden verschiedene Meditationstechniken ausgeübt.

«Innere Haltung, die Tiefenatmung und die neutrale Wahrnehmung des Augenblicks» sind die zentralen Elemente.

Der ständige Strom der Gedanken kommt zur Ruhe, das ganze System entspannt, regeneriert und vitalisiert und der Zugang zur eigenen inneren Kraftquelle wird möglich.

- Wann: Freitag, 18. Oktober 2024
- Wo: Yvonne Steinmann, Dorfstr. 10 Grosswangen
- Zeit: Treffpunkt Pfrundhaus, um Fahrgemeinschaften zu bilden um 19.00 Uhr, oder direkt um 19.30 in Grosswangen
- Mitnehmen: große Decke oder Woldecke, evt. Kissen, bequeme Kleider
- Preis: Mitglieder kostenlos, nicht Mitglieder 28.-
- Anmeldung: bis am Di 8. Oktober 2024 an Erika Geissler per WhatsApp 079 330 97 35



Die Teilnehmenden werden womöglich fotografiert. Mit der Teilnahme wird akzeptiert, dass die Aufnahmen auf unserer Website verwendet werden können.