

MEDITATION IM JAHRESKREIS

Meditation ist ein Abenteuer — das Größte, in das der menschliche Geist sich stürzen kann. Meditation heißt: einfach da sein, ohne irgend etwas zu tun ...Osho

Meditation ist die Pause zwischen zwei Gedanken, alles andere als einfach nur auf einem Kissen zu sitzen und zu atmen. Was genau es ist und wie Meditation auf den Körper wirkt, lässt sich viel besser erfahren als erklären.

Meditation ist für Alle geeignet mit und ohne Vorkenntnisse. Wir freuen uns auf Sie!

**Herzmediation bewegt mit Sandra Knobel am:
23.01. / 30.04. / 24.07. / 22.10.**

**Klangreisen mit Simona Brot am:
18.02. / 20.05. / 26.08. / 18.11.**

**Fantasie- / Traumreisen mit Karin Müller am:
28.03. / 20.06. / 26.09. / 13.12.**

Wo; Praxis ALVITA, Thusis

Zeit: 19.30 - 21.00 Uhr

**Kosten: CHF: 25.-- pro Abend
5er Abo CHF: 110.-- (gültig im 2019)**

**Anmeldung: Sandra Knobel 079/794 96 53
Karin Müller 079/862 08 14
Simona Brot 079/294 34 28**

erforderlich bis 2 Tage vorher.