

ERFAHRUNGS-GRUPPE – ACHTSAMKEITS-MEDITATION 2018

Stille-Atem-Licht-Mantra-Klang-Dynamische und andere Meditationstechniken erfahren in einer kleinen Gruppe.

Meditation bedeutet ganz in der Gegenwart zu sein. Ankommen!

Nach einem Einführungskurs besteht die Möglichkeit regelmässig in einer kleinen Gruppe zu meditieren, Erfahrungen auszutauschen, aufzufrischen und Neues kennenlernen.

Es können auch Personen, die andere Meditations-, bewusstseinsweiternde oder spirituelle Techniken erlernt haben, oder autodidaktische Erfahrungen haben, teilnehmen.

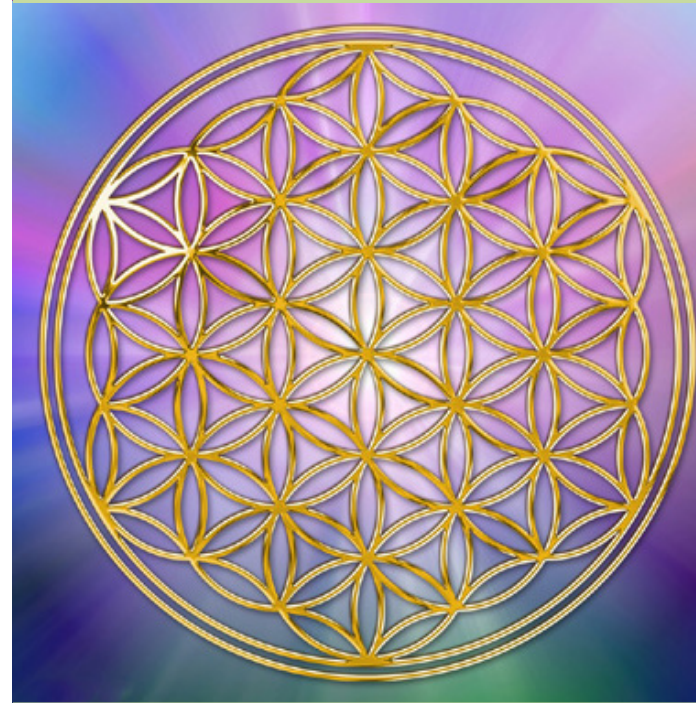
FRÜHLINGS-MEDITATIONEN:

- Datum: 5-mal: Mi. 18.4./2.5./16.5./30.5./20.6.
- Zeit: 18.30 – ca. 19.45 Uhr
- Ort: Klangraum, Zollstrasse 50, Schaan
- Kosten: CHF 150.–

HERBST/WINTER-MEDITATIONEN:

- Datum: 4-mal: Mi. 28.11./5.12./12.12./19.12.
- Zeit: 18.30 – ca. 19.45 Uhr
- Ort: Klangraum, Zollstrasse 50, Schaan
- Kosten: CHF 120.–

Leitung: Karin Frommelt, zertif. Achtsamkeits-Meditations-Leiterin, dipl. Lebensberaterin, zertif. Beraterin und Begleitung für Hochsensible Menschen, dipl. Masseurin und Tanz-Trainerin



Sei ein Kind
des Augenblicks