

Herzbewegungsmeditation

*An diesem Abend kannst Du über
eine Bewegungsmeditation zu leichter, tiefgehender
Musik von der Bewegung in die Stille kommen und den
Alltag hinter Dir lassen.*

*Die sanfte und gleichzeitig aktive Meditation
sensibilisiert die Wahrnehmung des Herzens.
Angestaute Gefühle und Spannungen dürfen sich
lösen. So entsteht Raum für Neues - Freude und
Lebendigkeit kann sich entfalten.*



*Termin: Montag, den 16.10.2023
von 19 bis 21.00 Uhr*

*im Seminarraum „freiraum“
Wenzstraße 4, Bad Steben*

*mit Anja Henseler
Beitrag: 15,-€*

*Anmeldung & Informationen unter:
Anja Henseler - Die Herzensschule
Tel.: 0 92 22/99 09 405 oder info@dieherzensschule.de
www.dieherzensschule.de*