

Yoga, Klopfen und Meditation in Himmelgeist

„Du kannst die Wellen nicht stoppen, aber du kannst lernen sie zu reiten.“ (Saki Santorelli)

Infos

Wann?

Samstag, 27. 02.2016
14-17 Uhr

Wo?

Praxis für Ergotherapie und
Physiotherapie Moveo,
Ickerswarde Straße 207,
40489 Düsseldorf-
Himmelgeist

Was noch?

Kosten: 35 €

Bequeme Kleidung, Kissen,
eine Decke und warme
Socken mitbringen.
Für Tee sorgen wir.

Wir freuen uns auf dich!

Herzlich
Heide und Inge



Gönne dir eine Auszeit. Durch achtsame Yoga- und Atemübungen kommen wir bei uns an und finden in die Ruhe. Außerdem lernst du als Ergänzung die Klopfmethode kennen. Sie hilft dir deine Selbstbeziehung zu verbessern und dich so, wie du bist anzunehmen. Eingeraht wird unser Programm von der Sängerin Carola Laux, die ihre Herzlieder mit uns singt. Durch ihre Lieder bringen wir gemeinsam unsere Seelen zum Klingen. Erfahrung brauchst du nicht mitzubringen, ein Lächeln genügt

Anmeldung bis 21.02.16 bei

Heide Wessling, Yogalehrerin (BYV)

Sportwissenschaftlerin M.A.

Tel. 02131/ 4052196, heide@yogagarden.eu

oder

Inge Trunk, M.A. Meditationsleiterin, Coach

Tel. 0208/ 6255 655, www.pepp7.de, mail@pepp7.de