

# Yoga, Klopfen und Meditation in Himmelgeist

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

## Infos

### Wann?

Samstag, 10.09.2016  
15-18 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  
Inge, Heide und Carola



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.

Eingerahmt 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 05.09.16 bei

**Heide Wessling**, Yogalehrerin (BYV)

Sportwissenschaftlerin M.A.

Tel. 02131/ 4052196, [heide@yogagarden.eu](mailto:heide@yogagarden.eu)

oder

**Inge Trunk**, M.A. Meditationsleiterin, Coach

Tel. 0208/ 6255 655, [www.pepp7.de](http://www.pepp7.de), [mail@pepp7.de](mailto:mail@pepp7.de)