



Herz-Kraft-Kreis

Meditation und mehr – der Weg zu dir selbst

Für Frauen, die Lust haben, im Kreise von Gleichgesinnten zu meditieren, zu spüren, zu entdecken, in ihre Mitte zu finden, einfach zu SEIN.

In der Hektik des Alltags ist es manchmal schwierig, den Blick nach innen zu richten, im JETZT zu bleiben und sich wahrzunehmen.

- ~ Meditationen als Weg zu dir selbst
- ~ Den Alltag aussen verlassen und abtauchen

Jeder Abend wird ganz individuell gestaltet. Nach dem meditativen Teil können wir den Abend bei einer Tasse Tee oder Kaffee ausklingen lassen. Dabei hast du die Gelegenheit, dich auszutauschen. Eine Möglichkeit - kein MUSS.

Daten:	2019	Januar	Februar	März	Mai
Montag		7.	4.	4.	6.
Dienstag		22.	19.	19.	21.

Zeit: Jeweils von 20 – ca. 21.30 Uhr

Kosten: Einzel: CHF 20.00 / Abend
 Im Abo*: 5er Abo CHF 90.00
 10er Abo CHF 180.00
 *individuell einlösbar bis 31.12.2019

Anmeldung: Jeweils **bis am Freitagabend** unter Tel. 079 523 31 46 oder kontakt@saschasandra.ch

SaschaSandra.ch, Frau Sascha Renger, Äussere Vordergasse 5, 8353 Elgg

