



Meditation in Bewegung



- Präsenz, Freude und Verbundenheit erfahren
- das Immunsystem stärken
- Gegenwärtigkeit erlangen

„Gewahrsein des inneren Körpers ist Bewusstsein, das sich an seinen Ursprung erinnert und zur Quelle zurückkehrt“

Eckhard Tolle

Aura- und Chakrenbalance, Slow-Dance, sanfte Körperarbeit und **Bothmergymnastik**

führen uns zu einer vertieften Wahrnehmung unser Mitte und der Verbindung mit den geistigen Kräften des Raumes. Daraus entspringt eine neue Qualität des Da Seins, durchdrungen von der Strahlkraft unseres Wahren Wesen.

Die Übungen lassen sich gut in den Alltag integrieren und können von jedem ohne Vorkenntnisse erlernt werden.

Abendkurs: 14. – 28. Januar 2009

3 x mittwochs, 20 – 21.30 Uhr

Beitrag: 45,- €

Ort: Praxis für Körperarbeit & Meditation

Anmeldung bei Angela, 07551 938467