

Teilnahme nur mit Anmeldung!
Absage bis 10.00 Uhr am Tag der Veranstaltung kostenfrei!
Kurs findet bei drei Teilnehmenden statt!

Matten, Decken, (Meditations-)
Kissen und -Bolster vorhanden!



Yoga Insel,
Süderloog 19

Laura's Kurse:

Jetzt anmelden:



10,- €
p.P.

Klangmeditation

montags 17.00 bis 18.00 Uhr

Du lauschst in dieser Stunde den harmonischen Klängen von Kristall-/Klangschalen. Ihre Schwingungen bereiten Dir eine tiefe, wohltuende Entspannung, beruhigen und lassen Dich ganz bei Dir ankommen.



10,- €
p.P.

Qigong

mittwochs 16.30 bis 17.30 Uhr

Mit sanften, fließenden Bewegungen und ruhiger Atmung lässt Du Deine Energie ins Gleichgewicht kommen und schenkst Dir innere Ruhe sowie neue Kraft. Du mobilisierst Deinen Körper und entspannst.

Mehr Informationen:

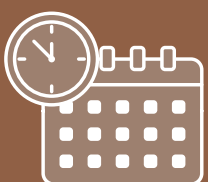


Klangmassage mit Laura



Schwingungen von Klangschalen beeinflussen Körper, Geist und Emotionen. Sie fördern Deine innere Balance und den Stressabbau, wirken beruhigend und können Verspannungen lösen. Bei der Massage werden Klangschalen auf Deinen Körper platziert und angeschlagen.

- ✓ Tiefenentspannung
- ✓ Ganzheitliche Wirkung
- ✓ Sanfte Körperarbeit



dienstags und donnerstags
nach Vereinbarung

60 Minuten (40 - 45 Minuten purer Klang)
inklusive Vor- und Nachgespräch: 75,- EUR



www.seelenwohlsein.de



01520 84 55 77 4



seelenwohlsein@web.de