

## Aktive Meditationen

---



Ab sofort biete ich wieder verschiedene aktive Meditationen (z.B. dynamische Meditation, Schüttelmeditation, Herz-Chakra-Meditation u.a.) an. Die Meditationen bestehen jeweils aus verschiedenen Teilen in Bewegung, wodurch Emotionen freigesetzt werden können, und einem Schlussteil in Stille.

Zum Abschluss ist noch Zeit für eine Gesprächsrunde und Erfahrungsaustausch.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt (nur Kleingruppen).

<b>Sonntag</b>	<b>01.03.2020,</b>	<b>11.00 - 13.00 Uhr (Herzchakra-Meditation I)</b>
<b>Sonntag</b>	<b>15.03.2020,</b>	<b>11.00 - 13.00 Uhr (Herzchakra-Meditation II)</b>
<b>Sonntag</b>	<b>05.04.2020,</b>	<b>11.00 - 13.00 Uhr (Dynamische Meditation nach Osho)</b>

20 € pro Person  
Anmeldung bei



Hilberather Str. 16  
53340 Meckenheim-Altendorf  
02225 / 8359706 oder 0177 / 4066199  
[info@wegbegleitung.net](mailto:info@wegbegleitung.net)  
[www.wegbegleitung.net](http://www.wegbegleitung.net)