

REISE ZU DIR SELBST

Selbsterfahrungsrunde

- Lerne Dich selber besser kennen
- Komm Dir auf die Spur
- Erkenne wer und was Dich ausmacht



Themen:

Raum und Grenzen wahrnehmen
Meditation und landen bei Dir
Partnerübung: ich bin bei mir/ ich bin bei Dir
Ehrliches Mitteilen
Im Anschluss geselliges Beisammensein - wer mag!

Willkommen

Wir freuen uns!

12. November 2022, 13.30 -17.00 Uhr/

Yoga & Spirit, Tägerhardstr. 90, Wettingen/ AG

Sonja Jorda Kummer, so.wie@bluewin.ch, www.bewusstheits-bühne.ch