



**DIE INSPIRATION AUS
QI GONG & KUNDALINI YOGA
TRIFFT AUF
TROMMELSCHLAG**

SAMSTAG, 21.09.2024

**Es erwartet Dich ein abwechslungsreicher Tag mit Kollegen
und Freunden, die Dich in die Welt der Trommeln und
Klangschalen führen....**

Ankunft ab 9.30 Uhr, um Dir Deinen Platz einzurichten und anzukommen.

Beginn um 10.00 Uhr: Vera und Michaela führen Dich am Vormittag durch eine Reise von Bewegung, Atmung und Entspannung

Auch an diesem Tag kommt der kulinarische Genuss nicht zu kurz! Unsere hervorragende Köchin Elke bereitet uns ein köstliches, vegetarisches Mittagsmenü zu.



Nach der Mittagspause tauchen wir in die energetische Kraft der Trommeln, die sphärischen Klänge der Klangschalen und des großen Gongs ein und erleben die pulsierende Energie der heilsamen Rhythmen.

Ort: Freischling 7
3564 Schönberg am Kamp

Termin: **Samstag, 21.09.2024 10.00Uhr – ca. 18.00Uhr**

Preis: 150 Euro incl. Verpflegung und Getränke

Verpflegung: Getränke, Obst + Nüsse, vegetarisches Mittagessen + Jause

Mitbringen: gute Stimmung!! - Yogamatte, Decke, Wasserflasche, weiches Tuch für Deine Augen! Kleidung für Outdooraktivitäten- auch bei schlechtem Wetter! Bitte nimm Dir eine dicke und bequeme Unterlage und dem Wetter angepasste Yogabekleidung mit, die Scheune ist rustikal!

Anmeldung: unter info@michaelahauser.at und office@verabachner.at
Es ist nur eine begrenzte Teilnehmeranzahl von 15 Personen möglich!

Vera

Bachner

0699/1313 6666

office@verabachner.at



Michaela

Hauser

0664/32 52 633

info@michaelahauser.at



WIR FREUEN UNS AUF DEIN KOMMEN!