

OM MANI PADME HUM

Yoga und Malas Knüpfen



Programm:

Beatrice führt dich in eine entspannende Yogastunde.

Anschliessend wird Yvonne eine meditative Reise anleiten um noch tiefer in dich einzutauchen.

Nun wählst Du in Stille deine Steine um dein Mala zu knüpfen.

Wenn Du willst kannst du dein eigenes Mantra in die Steine einweben.

Dauer: 13:30 bis ca. 17:30 Uhr

Kosten: Fr. 100.- plus Material ca. 50.- bis 100.-
Kommt auf die Wahl der Steine an

Datum: Samstag 09.07.2022

Mitbringen: Bequeme Kleider, Trinkflasche, Lesebrille

Kursort: BewegungsAtelier Balance Müntschemirgasse 2 3232 Ins
Bei schönem Wetter in der Natur (entsprechende Bekleidung)

Anmeldung: Beatrice Binggeli www.bewegungsatelierbalance.ch
beatricebinggeli@hotmail.com 079 747 77 83

Yvonne Baumann www.steinfee.ch
info@steinfee.ch 079 205 12 07