



Jeden 1. Samstag im Monat von 09.00 bis 10.00 Uhr

„Meditation“

Kurskosten: CHF 30.-

In dieser Stunde wirst Du sitzen, liegen, Deinen Atem wahrnehmen und lenken lernen, mit Klang begleitet, in eine Meditation geführt, Gehmeditation üben, tönen uvm....

Diese Meditation ist für alle Menschen offen. - Mit oder ohne Erfahrung.
Es sind Meditationskissen, Matten und Decken vorhanden.

Wir freuen uns

Petra und Jeff



Petra Huber

in-spirationen.ch

Zürcherstrasse 6, 8640 Rapperswil

Tel. 078 843 01 22