

Raus aus dem Trott ...

AUF DEM KUNSTHOF MOLMERSWENDE

EIN TAGESKURS AM 17. MÄRZ 2018



Morgenrituale aus dem Himalaja

TIEFES
ATMEN

LEICHTES
ÜBEN

ACHTSAMKEIT

SELBSTVER-
ANTWORTUNG

LEBENS-
ENERGIE

Erleben Sie mit uns einen
entspannten Tag und erfahren Sie,
wie das Leben leichter geht

AM ABEND GONGMEDITATION

WIR FREUEN UNS AUF SIE !

Cornelia Künstler

JochenKünstler

HikelWolf



Aktive Entspannung - Anstöße für ein leichteres Leben

Ablauf: 09.15 Anreise
 09.30 Beginn
 17.00 Ende
 Kursgebühr: 65,00 €

17.30 Beginn der GONGMEDITATION
Dauer ca. 60 min.
Gebühr 10,00 €, für Kursteilnehmer 5,00 €



Bitte selber mitbringen:

1 Matte, Decke, Kissen, warme Socken, bequeme Kleidung ...
für Getränke, Mittagsimbiss sowie selbst gebackenen Kuchen ist
gesorgt

Anmeldung über:

Heike Wolff, Tel.: 034779/20353
artwolves@t-online.de

Bitte überweisen Sie eine Anzahlung (gleichzeitig
die Stornogebühr) von 15,00 €, auf das
folgende Konto:

Sparkasse Mansfeld-Südharz, Heike Wolff,
BLZ 800 550 08, Konto-NR: 3300006642

Da die Anzahl der Plätze begrenzt ist, lohnt
sich eine schnelle Anmeldung.

Infos auch unter www.hanamau.de sowie www.heikewolff.de