

# Ein Tag im meditativen Sein! Eins sein, verbunden sein, in Dir mit Dir!

**Wann:** Samstag 22.09.2018, von 9.30 Uhr bis 17.00 Uhr

**Wo:** Sonnenwiesstrasse 3, in 8582 Dozwil

**Deine Begleiter:** Atemmeditation Yvonne Nagel und Cornelia Bold

Bewusstsein zentrieren über den Körper Cornelia Bold

**Kosten:** SFr. 120.-- mit Zwischenverpflegung und Getränken (ohne Mittagessen)



## Bewusstes Atmen die Verbindung zu Dir!

Die Atemmeditation ist eine kraftvolle und effektive Art für die Reise in Dein Inneres! Zu einem verborgenen Schatz in Dir. Zu Deiner eigenen persönlichen Weisheit . Mit zwei unterschiedlichen Atemmeditationen, geben wir Dir die Gelegenheit, tief in Dich einzutauchen. Dich zu erforsche, dem Wunder das Du bist zu begegnen. Gestaute Energien, unterdrückte Emotionen können freigelegt und erlöst werde. Diese Energie steht nun dem Körper wieder zur Verfügung und Du fühlst Dich lebendiger oder leichter. Der Atem löst was gelöst werden muss. Du brauchst nicht zu wissen was, Du brauchst nichts zu tun, nichts zu erreichen, Du darfst es einfach geschehen lassen.

Wenn Du Fragen hast schreibe mir oder Ruf mich an.

Anmeldung bis am 19.09.2018 unter: [info@yvonnenagel.com](mailto:info@yvonnenagel.com) tel. 079 431 33 63