



Raum für Neues

Meditationstag kurz vor Frühlingsanfang

Am 15.03.2020 in Berlin-Schöneberg

Der Frühling steht für Neubeginn und Wandel. Die Pflanzen erwachen zu neuem Leben. Auch wir werden aktiver, bekommen Lust aufzuräumen und wieder mehr draußen zu sein. Wir sehnen uns nach Freude und Leichtigkeit. Diese Qualitäten können wir in der Meditation kultivieren und in uns Raum dafür schaffen.

Der Meditationstag bringt Energie durch stille und geführte Meditationen, Schreibimpulse, Dyaden und Bewegung. Der Ablauf wird so gestaltet, dass auch Meditationseinsteigerinnen und Einsteiger gut mitmachen können. Mittags gibt es einen Imbiss. Für Tee und Snacks in dem Pausen ist ebenfalls gesorgt.

Ort Varziner Str.4, Berlin-Friedenau, direkt am U-und S-Bahnhof Bundesplatz

Zeit 10.00 bis 16.00

Leitung Birgit Schönberger, Gestalt-Coach und Meditationslehrerin

Kosten 70,- € plus 19 % MwSt. (bitte vorab überweisen)

Anmeldung office@birgit-schoenberger.de mobil: 01741674277