



Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne....

**Online -Meditationstag zur inneren Ausrichtung auf das neue Jahr
am 09.01.2022 von 10.00 bis 16.00 mit Birgit Schönberger**

Was sind meine Wünsche und Bedürfnisse für das neue Jahr? Was will ich in 2022 nähren und stärken? Welchen kleinen und großen Veränderungen möchte ich einen kraftvollen Anshub geben? Was ist dran und braucht Raum und Aufmerksamkeit?

Der Meditationstag bringt Klarheit und Energie durch stille und geführte Meditationen im Sitzen und Liegen, Schreibimpulse und Bewegung.

Der Ablauf wird so gestaltet, dass auch Meditationseinsteigerinnen und Einsteiger gut mitmachen können. Meditationsneulinge bekommen vorher einen separaten Einführungstermin über Zoom.

- | | |
|------------------|--|
| Zeit | 10.00 bis 16.00 mit einer Stunde Mittagspause |
| Technik: | über Zoom (Link wird vorher verschickt) |
| Leitung | Birgit Schönberger, Gestalt-Coach und Meditationslehrerin |
| Kosten | 70,- € zzgl. 19 % MwSt. insgesamt: 83,30 € (bitte vorab nach Erhalt der Rechnung überweisen) |
| Anmeldung | www.birgit-schoenberger.de/aktuelles |