

Meditationen am Gestalt-Institut Aschaffenburg e. V. März bis Juni 2010

Zum besseren Umgang mit uns und mit dem, was *ist*.
Meditation sammelt den Geist der/des Meditierenden, beruhigt und klärt:
Sitzen nach Art des Zen-Buddhismus, Hatha-Yoga, bewegende, berührende und
kreative Meditationen... Treffpunkt: 1 x monatlich dienstags, 20.00 Uhr,
Sandgasse 23, 1. Stock, an nachfolgend genannten Terminen. Wir bitten um
vorherige Kontaktaufnahme, damit wir wissen, dass Sie teilnehmen wollen!

16. März 2010 – Dynamische Kundalini Meditation

Aufsteigende Lebensenergie spüren, Kraft und Wohlbefinden erleben
entspannt in den Alltag gehen

13. April 2010 – Chacrameditation

Die sieben Chakras erleben, erfühlen, harmonisieren

11. Mai 2010 – Yoga und Zen-Meditation

Sanfte Bewegung und Stille führen uns zum inneren Selbst

21. Juni 2010 – Sommersonnenwende und Sommeranfang feiern!



Leitung: Gisela Steinecke
Ihr Kostenbeitrag / Spende: 5,00 EUR

Ankündigung

**Aus- und Weiterbildung in
Gestaltpsychotherapie, Gestaltberatung, Gestaltarbeit mit
Kindern und Jugendlichen und in Gestaltpädagogik.**

Informationsabend zur Aus- und Weiterbildung am
Freitag, 07.05.2010, 19:00 - 21:00 Uhr, Sandgasse 23, 63739 Aschaffenburg, 1. Stock
mit Möglichkeit zur Anmeldung am Einführungsseminar 08.-09.05.2010.

Leitung: Evelyn Kastner und Gisela Steinecke

Nähere Informationen auf Anfrage und unter www.gia-ev.de