



PROGRAMM

JÄNNER
FEBRUAR
MÄRZ
2020

INHALT MEDITATIVE KÖRPERARBEIT

Ich kombiniere in meinen Kursen Elemente aus dem Hatha-Yoga mit Meditation und Achtsamkeitsübungen aus non-dualen Traditionen. Mir ist es ein großes Anliegen, daß die Teilnehmer/innen gesundheitsfördernde und nährnde Impulse mitnehmen und im Leben integrieren können.

Alle Kurse sind auch für ‚Einsteiger‘ geeignet.

MEDITATIVE KÖRPERARBEIT

DIENSTAG À 90 MIN. | 18:30 – 20:00 - VEDIC CHANTING 18:00 – 18:30

1070 WIEN, ZIEGLERGASSE 29 BEITRAG: 10 TERMINE. GESAMT € 175,-

14. Jänner	25. Februar
21. Jänner	3. März
4. Februar	10. März
11. Februar	17. März
18. Februar	24. März

Vorschau:

Start Q2. Dienstag 7. April 2020

DONNERSTAG À 90 MIN. | 10:30 – 12:00

1070 WIEN, ZIEGLERGASSE 29 BEITRAG: 10 TERMINE. GESAMT € 175,-

16. Jänner	27. Februar
23. Jänner	5. März
6. Februar	12. März
13. Februar	19. März
20. Februar	26. März

Vorschau:

Start Q2. Donnerstag 9. April 2020

RETREATS GÄSTEHAUS OBERJÄGER / BURGENLAND. // AB € 360,- / 3 NÄCHTE IM DZ ALL INKL.

- 17.–19. APRIL 2020 / ZWISCHEN FRÜHLINGS-SONNENWENDE & BELTANE
- 1.-4. AUGUST 2020/ MITTSOMMER - SCHNITTERINNENFEST - SOMMERKRÄUTER
- 19. – 22. NOVEMBER 2020 / SAMHAIN – WURZELN - RAUHNÄCHTE
- 18. – 20. DEZEMBER 2020 / VORWEIHNACHTLICHE AUSZEIT - RAUHNÄCHTE

JAHRESKREIS-4ER ZYKLUS / WALDVIERTEL / GÖPFRITZ/WILD // PREISINFOS FOLGEN

- (TERMINE NOCH IN ABSTIMMUNG), VORAUSSICHTLICH:
- 4./5. APRIL 2020 - FRÜHLING
- 13./14. JUNI 2020 - SOMMER
- 19./20. SEPTEMBER 2020 - HERBST
- 28./29. NOVEMBER 2020 – WINTER

ART, PLANT & MEDITATION – 5ER ZYKLUS / WIEN & UMGEBUNG // € 250,- / EINZELN € 60,-

- 5 TERMINE À 4 STD. IM ZEITRAUM APRIL – DEZEMBER
- DIE 5 THEMEN: MANDALA – MUSIK – HINGABE – NATUR - ATEM

WANDERUNGEN & PFLANZEN-WORKSHOPS // WANDERUNGEN € 20,- - WORKSHOPS AB € 30,-
GÄNGE IN DIE NATUR IN WIEN, NÖ, BGLD – AB MITTE MÄRZ – AKTUELLE TERMINE AUF
MEINER WEBSEITE