

NADA BRAHMA

Workshop

Deine Stimme erinnert sich!
Manches, was wir fühlen, gehört gar nicht
zu unserem heutigen Leben –
und trotzdem spüren wir es im Körper.



Dieser Workshop ist für dich, wenn du spürst:

- Dein Körper weiß mehr, als dein Kopf denkt.
- Emotionen, blockieren und bremsen dich immer wieder.
- Du willst nicht mehr nur funktionieren.
- Deine Bestimmung soll endlich Raum bekommen

Nada Brahma hilft nicht Ziele zu erreichen, es hilft dir in die Stimmung hinein, aus der heraus Ziele entstehen.

Melde dich an!

Im Nada Brahma Workshop öffnen wir einen geschützten Raum, in dem du nichts erklären musst. Wir arbeiten mit Stimme, Körperwahrnehmung und stiller Präsenz. Nicht, um etwas zu verändern – sondern um das hörbar werden zu lassen, was sich integrieren möchte. "Stimme - Stimmungsvoll - Selbstbestimmt"

Bitte bring deine Yoga-Matte mit.

 **Besonderes Extra:**

Inklusive „Warming Balance“- green Coffee Zeremonie
Ein wohltuender Abschluß, der deine Stimmung, sanft,
unterstützt.

Information & Anmeldung

Silvia Wessely

Immer am 3. Dienstag 9h - 10:30h

**Pfarrcafe,
St. Johann in der Haide 38**

€ 22,- p.P.
ab 3, max. 8 Teilnehmer
Nur mit Anmeldung, bitte.



Silvia Wessely

069915055395 www.silvia-wessely.at

Mind & Body Akademie, Verein für
Gesundheitsprävention und Volksbildung

