

# 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

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.

**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.



Silvia Wessely

069915055395

[www.silvia-wessely.at](http://www.silvia-wessely.at)

Mind & Body Akademie, Verein für  
Gesundheitsprävention und Volksbildung