Yoga und Gongentspannung im Berghaus

am Sonntag, 11. Dez. 2022
11:00 – 12:30 Uhr

Für den Advent und die bevorstehende Neugeburt des Lichts möchten wir uns mit einer leichten Übungsreihe aus dem Kundalini-Yoga mit der Energie von Licht, Frieden und Segen für uns und alle Wesen verbinden. In der darauffolgenden tiefen Entspannung zu den Urtönen des Gongs können dann Inspiration und Samen für das neue Jahr und die neue Zeit in uns aufgehen...

Sei herzlich willkommen auf dieser kleinen Seelenreise und mache Dir auf diese Weise ein Geschenk zum dritten Advent. Danach kannst Du im Restaurant gemütlich speisen und die wunderbare Natur auf dem Schauinsland genießen!

Bitte bringe eine Unterlage und eine Decke mit. Einige sind vorhanden.

Ort: Appartementhotel Berghaus Freiburg auf dem Schauinsland

Achtung: Die Schauinsland Bahn ist wegen Revisionsarbeiten außer Betrieb.

Information & Anmeldung (erforderlich):

Doris Müller 015202395395 doris.mueller@berghaus-freiburg.de
www.berghaus-freiburg.de
oder: info@yogahaus-freiburg.de www.yogahaus-freiburg.de