



Datum	Kursbezeichnung/Leitung	Zeit	Kosten in SFr.
-------	-------------------------	------	----------------

## Meditationen 2012

<b>Mittwoch</b> 09.00 bis 10.15	<b>Yoga</b> mit André Rüttimann	<b>Donnerstag</b>	<b>18.00-19.15h</b> <b>19.30-20.45h</b>
------------------------------------	------------------------------------	-------------------	--



Senden Sie eine SMS mit Namen und wann Sie kommen möchten an die Nummer 079 466 48 10 und André Rüttimann wird Ihnen den Termin so rasch wie möglich bestätigen.

Besuchen Sie unverbindlich eine kostenlose Probelektion!

Die Kurskosten werden quartalweise à Fr. 25.00 pro Lektion verrechnet.

Mehr infos unter [www.yoga8.ch](http://www.yoga8.ch)

<b>Jeweils Mittwoch</b> 4.04. / 9.05./6.06. 4.07./ 29.08. 19.09 & 24.10.12	<b>Geführte (Heil-)Meditationen –</b> <b>Balsam für die Seele</b> mit Michelle Brugger	<b>19.00 – 21.00h</b>	<b>Pro Abend</b> <b>30.00</b>
---	--	-----------------------	----------------------------------



Innere Stille und heilende Transformation erfahren. Medial vermittelte Meditationen und Anregungen zu persönlichen Lebensthemen

Emotionale und physische Blockaden transformieren Verbinden mit Deinem Schutzengel

und Deinem Höchsten Selbst Energetische Selbsthilfetechniken lernen

... und manchmal auch ein paar wohltuende Yoga-Asanas einüben...

(auch für Einsteiger, einzeln besuchbar und unverbindlich ☺)

Mehr Infos: [www.michellebrugger.ch](http://www.michellebrugger.ch)

<b>Mittwoch</b> 18.04/ 2.05/ 16.05 30.05/ 13.06/ 27.06	<b>Heilmeditations-Abende</b> mit René Schmitz	<b>19.30 – 21.00h</b>	<b>Pro Abend</b> <b>30.00</b>
--	---	-----------------------	----------------------------------



Sie möchten sich im Kreise Gleichgesinnter vom Alltag erholen, auftanken und Heilung erfahren? Sie möchten Ihre Verbindung mit der universellen Schöpfungsenergie verstärken und sich weiter entfalten? Dann sind Sie hier goldrichtig. Herzlich willkommen! Ich freue mich auf Sie. Besuchen Sie den Heilmeditationsabend regelmässig und schenken Sie sich diese Zeit, tun Sie sich was Gutes. Vorkenntnisse benötigen Sie keine, und der Einstieg ist jederzeit möglich. Schliessen Sie einfach Ihre Augen und lassen Sie sich von meiner Stimme führen, während im Hintergrund leichte Musikklänge die Meditation unterstützen. Geniessen Sie diese Abende, wo gegenseitiger Respekt und Herzlichkeit grossgeschrieben werden.

Anmeldungen bitte via [www.tutdirgut.ch](http://www.tutdirgut.ch)