



Jahreswechsel Meditation

Sanfte Bewegung & Geführte Meditation

Für viele ist der Jahreswechsel eine besondere Zeit, um das vergangene Jahr Revue passieren zu lassen und einen Blick auf das Neue zu werfen. Ein bewusstes hinschauen kann Dir dabei helfen, wertvolle Erkenntnisse zu gewinnen, einiges klarer zu sehen

und Dein Jahr 2023 in Frieden und Würde gehen zu lassen, sowie 2024 willkommen zu heißen. Wir schaffen den geschützten Rahmen dafür. Für alle die sich in der Gruppe ein Rendezvous mit sich selbst als „Bewusst-Zeit“ gönnen wollen!

15min sanfte Bewegung „zum Ankommen“

45min geführte Meditation bei Musik „liegend, zuhörend“

Keine Vorkenntnisse notwendig, bequeme Bekleidung empfohlen.
Matte, Decke, Polster, Tee, Prosecco und Kaminfeuer vorhanden.

TERMINE

Freitags 18:00-19:00 Uhr, pünktlicher Beginn. Bitte rechtzeitig da sein!

19.1.2024 Dein Fazit der letzten 12 Monate

Wir reflektieren & lassen das vergangene Jahr Revue passieren. Meine Fragen und Anregungen können Dir helfen herauszufinden, wo du gerade in Deinem Leben stehst.

- *Inspiration für mehr Klarheit, wertvolle Erkenntnisse und mehr Bewusstsein. **Ich akzeptiere.***

26.1.2024 Wahres besteht, alles andere geht

Wir betrachten Blockaden, Ballast und toxische Beziehungen. Meine Fragen und Anregungen können Dir helfen herauszufinden, was und wen Du im nächsten Jahr nicht mehr brauchst.

- *Inspiration für mehr Klarheit, wertvolle Erkenntnisse und mehr Bewusstsein. **Ich vergebe.***

2.2.2024 Dein Wunsch für die nächsten 12 Monate

Wir schauen achtsam auf das vor uns liegende Jahr. Meine Fragen und Anregungen können Dir helfen herauszufinden, wo du in Deinem Leben stehen willst und welche Kurskorrekturen anstehen.

- *Inspiration für mehr Klarheit, wertvolle Erkenntnisse und mehr Bewusstsein. **Ich handle.***

Anmeldung

tanja@plankl.com oder
+43 660 588 62 50
Befristete Platzanzahl

Kosten

Barbezahlung
pro Einheit 30€
Gutscheine auf Anfrage

Veranstaltungsort

Praxis im Gründerhaus
Ferlacher Straße 19
9581 Ledenitzen