



# Gongmeditation & Yoga

Wann ? 09.11.2024 14 bis ca 17 Uhr

Wo ? Vitalinstitut Kuckuckspfad 5  
32130 Enger

Wieviel ? 45 €



Wie wäre es, einfach mal den Offline Knopf zu drücken und aus dem Alltag auszusteigen? Wir laden dich ein, genau das zu tun.

Mit gezielten Yoga- und Atemübungen bereiten wir auf die magischen Klänge von 3 Gongs vor. Sie wirken tief entspannend und können in einen tranceähnlichen Zustand führen. Das Gedankenkarussell steht für einen Moment still. Ein unvergessliches Klangerlebnis, welches deinen Körper durchdringt und wie eine sanfte Welle deine Zellen in Schwingung versetzt. Wie von Zauberhand wird der Aus-Knopf gedrückt. Für ein leckeres buntes Buffet im Anschluß (wer möchte) bringt bitte jeder etwas vegetarisch/veganes mit, und wir lassen den Abend mit einem gemeinsamem Essen ausklingen. Sichere dir einen der limitierten Plätze. Wir freuen uns auf DICH.

Anmeldung unter: [gongjabita@web.de](mailto:gongjabita@web.de)

oder 01753693273