Zeit der Stille

Freitag, 23.10.26
von 14.30 bis 18.30 Uhr

Ort: Raum miluna in Bruneck
Industriezone West · Haus Papyrex

miluna

Zeit zum Durchatmen.
Zeit, wieder bei dir anzukommen.

Du bist herzlich eingeladen, in einen Raum, wo du nichts leisten und nichts erreichen musst.

Wir laden die Stille ein.

Für ein paar Stunden schenken wir
unserer Aufmerksamkeit einen neuen Raum.

Wir werden langsamer.
Wir halten inne.
Wir atmen.
Wir spüren.
Wir lauschen.

Bis die Stille im Außen deinen
inneren Raum erfüllt.

Mit angeleiteten und offenen Meditationen,
sanften Körper- und Atemübungen,
Düften und Klängen darfst du wieder eine
tiefere Verbindung zu deinem Körper
und zu dir selbst erleben.

Körper. Seele. Geist dürfen zur Ruhe kommen und wieder ins Gleichgewicht kommen.

Was du brauchst:
- lockere, leichte Kleidung in Schichten
- warme Socken
- eine Wasserflasche
- und vor allem: Zeit für dich

Beitrag: 60 €

Infos & Anmeldung

Evi Gatterer
@miluna_meeting_myself
Evi Gatterer & Miluna
E-Mail evi@papyrex.it
Tel. +39 349 606 56 78

Ich freue mich, diesen Raum
der Stille mit dir zu öffnen.

🌈 Raum für persönliche Entfaltung | 🌸 weibliche Führungsstärke | 🌟 Körper- & Energiearbeit