

MANTRA INTENSIV TAGE

Wochenende am BergZendo Hohe Wand

Das BergZendo Hohe Wand ist ein Ort der Spiritualität, weit ab vom Alltag, inmitten des Naturparks Hohe Wand mit atemberaubender Weitsicht.

Unsere Intensivtage richten sich an alle Meditationserfahrenen, die die Intensität der Mantrapraxis der 108 Wiederholungen in einem naturnahen, geschützten Ambiente erfahren wollen.

Die Intensität dieser Meditationspraxis lässt den Geist Ruhe und Klarheit finden und unseren Körper leicht und frei werden.

Ergänzt wird der sorgsam, abgestimmte Tagesablauf durch energetische Bewegungsübungen, Atemmeditationen und der Übung der „edlen Stille“.

Inhaltliche Information bei Ernestine Halwidl: e.halwidl@gmx.at, 0699-170 33 772

18.-21. Juli 2019

Dauer: Donnerstag 18:00 Uhr bis Sonntag ca. 14:00 Uhr

Seminarort: BergZendo Hohe Wand

Am Almfrieden 87, 2724 Hohe Wand, www.bergzendo.at

Seminargebühr

EUR 340,- exkl. Unterkunft und vegetarische Verpflegung

Frühbucherbonus: 290,- bei Anmeldung und Einzahlung bis 18. Mai 2019

Unterkunft pro Person & Nacht: Preis wird noch bekanntgegeben

Anmeldung bei Angela Stummer: angelandharp@gmx.at, 0699-180 88 670