

MANTRA INTENSIV TAGE

Zwei Wochenendtermine 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.halbwidl@gmx.at
0699-170 33 772

8.-10. Juni 2018
&
28.-30. September 2018

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

Seminarort

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

Unterkunft pro Person und Nacht
Einzelzimmer: EUR 70,-
Doppelzimmer: EUR 65,-
inkl. Vollpension: Ayurvedisch-
vegetarische Küche von Lilli Henzl

Seminargebühr

EUR 220,- exkl. Unterkunft und
Verpflegung

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