



Roya Andres
www.unica-coaching.ch
076 380 14 18

Meditations - Grundkurs

Für diesen Kurs brauchst du keine Vorkenntnisse.
Ziel ist es, durch Meditationstraining das Bewusstsein für dich zu schulen. Der Kurs ist aufbauend, daher als ganzes zu besuchen.

Kenntnisse über Chakren, Atmung, physischer-, mentaler-, emotionaler Körper lassen dich bewusster werden. Dadurch bist du in Lebenssituationen bewusster und in (un)angenehmen Begegnungen, Situationen mehr bei dir.



Jeweils **Donnerstags**

Beginn: 2. 2. 2023/ 9.2. / 16. 2. / 9. 3. / 16.3. 18.30 Uhr bis 20.00 Uhr

Wo: Hauptstrasse 70, 4107 Ettingen, neben Bushaltestelle 68

Mitbringen: Bequeme Kleidung, Notizpapier/Schreibzeug

Kosten: CHF 180.--



Ich freue mich, dich kennenzulernen

Anmelden: 076 380 14 18 (bitte schreibe mir SMS, Treema, Signal, WhatsApp, Email, ich rufe dich zurück) roya.andres@icloud.com