



Aus der Stille
werden die
wahrhaft großen Dinge
geboren
(Thomas Carlyle)

Stille – Natur - Atem - Meditation

fünf meditative Tage auf der Hütte im Bregenzer Wald

Montag, 20. Juli, 18.00 Uhr bis
Samstag, 25. Juli, ca. 10.00 Uhr

Unbeschwert, leicht und vielseitig sind wir in diesen fünf Tagen nah **am Puls des Lebendigen** und lauschen dem Wunder, das sich im Atem und in der Stille zeigt. **Der Atem** bringt uns ganz ins Hier und Jetzt.

Berge, Bäche, Wiesen und Almen: die wunderschöne Umgebung im Schalzbach im Bregenzer Wald hilft, die Natur zu genießen, uns inspirieren zu lassen und innere Ruhe und Freude zu finden.

Tägliche Angebote:

- Meditation (dem Universum lauschen)
- Yoga-, Atem- und Energieübungen
- Slow-Motion-Walk
- Stilles Wandern
- Naturbegegnungen
- Gemeinsamer Austausch
- ... und viel Spaß und Freude



Kursgebühr: 250.- Euro

5 Tage einfache Unterkunft im DZ und vegetarisches Essen: 300.- Euro.

Anmeldung: christinemeyne@web.de oder ☎: 089 7691658

Mehr Infos: www.atemland.de



Seminarleitung: Christine Meyne
Atemtherapeutin AFA®
(HpG) Heilpraktiker für Psychotherapie



Anfahrt: Pkw nach 6886 Schoppernau. Bahn bis Bregenz oder Dornbirn
(www.oebb.at/ www.bahn.de) Bus bis Schoppernau Gemeinde (www.vmobil.at)