

Ta´din nabo/veninde med til 2 timers nærvær, hvor vi sætter tempoet ned og afstresser krop og sind. Jeg hjælper dig til at mærke bag om tankerne og ind i en dybere tilstand af ro, væren og udvidet bevidsthed.



1 x om måneden inviterer Tanke-feltet.dk til disse samlinger.

Datoer annonceres også på Facebook siden:

"Tanke-feltet - Sensitiv - Lys-Buen".

Besøg/like gruppen så du kan se fremtidige datoer.



Dato: ... måned 2024

Sted: Som udgangspunkt i Hobro HelseSport. Når vejret og årstiden tillader det, rykker vi ud i det fri.

Program: masser af praktiske meditations øvelser, mindful walking, mindful yoga, refleksion og afspænding. Er du fysisk udfordret deltager du blot i yoga delen fra en stol :-)

Medbring: Drikkedunk/væske og kr. 200 som medbringes kontant. Måtter, tæpper og nakke puder findes i salen. (Når vi er ude skal du selv medbringe disse ting).

Begrænset antal pladser!

Tilmeldingsfrist hurtigst muligt og senest 2 dage før begivenheden.

Evt. AFBUD skal ske INDEN tilmeldingsfristen.

Tilmelding: JKM@Tanke-feltet.dk eller sms 6178 5744.

