



SOUL FOOD

YOGA – MEDITIEREN – WALDBADEN – KAKAO-ZEREMONIE – KLANGREISEN

**ZEIT FÜR DICH UND DEIN SELBST
FÜR MEHR INNEREN FRIEDEN,
FREUDE UND LEICHTIGKEIT**

**07.-09.05.2027 UND 16.-18.07.2027
IM KLOSTER BUDDHAS WEG/ODENWALD**

An diesem Wochenende bekommst Du Soul-Food pur.

Sanfte Yogaübungen mit achtsamer Atemführung dehnen, flexibilisieren und stärken den Körper, machen ihn durchlässiger für die feinstofflichen Energien. Diesen begegnen wir in der Natur, in der Meditation und bei den Klangreisen.

Meditation bringt deinen Geist zur Ruhe und lenkt ihn in deine innere Welt, verbindet Dich mit Deiner Essenz.

Spürübungen im Wald rückverbinden uns mit den Naturwesen und unseren Pflanzengeschwistern - wir erkennen, dass wir alle Bestandteile dieser einen Schöpfung sind.

Bei einer **Kakao-Zeremonie** nehmen wir das Wesen einer Pflanze in uns auf und spüren deren herzöffnende Wirkung auf uns. So kann sich das Fühlen mehr entfalten.

Nach der Entfaltung dieser Pflanzenenergie darfst Du Dich den Schwingungen von Klangschalen bei einer **Klangheilreise** hingeben, die Dich in eine tiefe Entspannung führt. Deine Zellen werden an ihren Ur-Zustand erinnert, den sie wieder anstreben, Selbstheilungskräfte werden aktiviert.

Das Seminar ist für Jede und Jeden geeignet, die/der sich wieder mehr mit sich selbst und seiner eigenen wahren Natur rückverbinden möchte.
Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Das erwartet Dich:

- Yoga
- Meditation
- Natur erleben mit Waldbaden
- Kakaozeremonie
- Klangreise mit Klangschalen
- Mantra Singen und Tanzen
- Nährende Gemeinschaft mit Gleichgesinnten



Beginn: Freitag 15 Uhr, **Ende** Sonntag 15 Uhr

Deine Investition in Dein Glück: 260 Euro für das Seminar

zzgl. Unterkunft und Verpflegung - bitte direkt im Kloster buchen und bezahlen.

Infos und Anmeldung:

WWW.BRITTASATTIG.DE/SEMINARE