

Wer mit Ängsten nicht aktiv wahrnehmend umgeht, Methoden zu deren Auflösung kennt, wird sein Leben immer mehr von der Angst bestimmt sehen. Ein Verharren in Ängsten macht aber ein freies, selbstbestimmtes Leben unmöglich. Bald wächst es sich sonst zur Angst vor der Angst aus...

"WEGE aus der ANGST" "Mit Live Gong Abschluss"

SA. 21. April , ab 10 Uhr (ca. 8 Std.)

Hinschauen statt wegschauen!

Dieser Workshop will Ihnen nicht nur die Hintergründe von Angst und Zukunftsängsten aufzeigen, sondern zugleich praktische Wege aus und durch Ängste erfahrbar machen.

Hierzu werden wir passende Yoga Kriyas und Meditationen des Kundalini Yoga ausführen. Sie erfahren aber zugleich durch die erfahrene Heilpraktikerin und Klassische Homöopathin Sabine Holzer welche homöopathischen Mittel bei typischen Formen der Angst angewandt werden und wie sie bei komplexen Formen weiter kommen.

Eine abschließende Live Gongmeditation wird sie tief entspannen und kann bis zu besonderen Erfahrungen in Trance führen.

(95,-) Mittagstisch a la Carte gesondert

Ort: Dieburg/Hessen

Kursleiter: **Sabine Holzer**

Heilpraktikerin, Klass. Homöopathin (C. v. Bönninghausen Institut), Sat Nam Rasayan Behandler

Richard Mecke-Schrod

Yogalehrer (KRI, IKYTA), Ausgebildeter Gongspieler, Sat Nam Rasayan Behandler

ANMELDUNG erforderlich unter **06071 605 977**