



ACHTSAM · ERICH BAUER

TERMINE 2018:

- **Freitags von 18:30-20 Uhr**
26.01.; 23.03.; 25.05.; 27.07.;
21.09.; 16.11.
(vorbehaltlich Änderungen)

ORT:

Vitalpraxis LAVANDA
8324 Kirchberg an der Raab 186/6

LEITUNG:

Erich Bauer

Teilnehmeranzahl: 6-12

KOSTEN:

- die Teilnahme an einem der Termine kostet jeweils € 30.

ANMELDUNG ERFORDERLICH:

- +43-660-3779688 oder
- hakomi@erich-bauer.at
- Anmeldeschluss ist jeweils eine Woche vor dem Termin.

Achtsamkeits- Abende 2018

Die heilende Kraft der inneren Achtsamkeit erleben

Die Idee der Achtsamkeits-Abende ist einfach: wir treffen uns für ein gemeinsames Üben der Achtsamkeitspraxis.

Die praktische Anwendung der inneren Achtsamkeit wird unter professioneller Anleitung vermittelt und geübt.

In der gemütlichen Atmosphäre der Vitalpraxis LAVANDA in Kirchberg an der Raab. Die Gruppe ist „offen“, d.h.

dass man an einem oder mehreren Terminen teilnehmen kann. Dadurch entsteht die Gruppe möglicherweise jedesmal neu.

Die Moderation und Übungsanleitung erfolgt durch Erich Bauer, zertifizierter Hakomi-Therapeut und Achtsamkeitstrainer.

Ein Austausch über die erlebten Erfahrungen ist möglich und sinnvoll, aber nicht verpflichtend – und wird vom Leiter moderiert.

Die Treffen finden statt, wenn sich 6 oder mehr Personen verbindlich angemeldet haben.

**BEWUSSTHEIT IST
DER SCHLÜSSEL ZU
VERÄNDERUNG.**