



ACHTSAM · ERICH BAUER

TERMIN Einführungsabend
27.01.2017 | 18:30-20:30

TERMINE 2018:

- Samstag 10-13 und 15-17 Uhr
- 24.03; 26.05.; 28.07.; 22.09.;
- 17.11. (vorbehaltlich Änderungen)

ORT:

Vitalpraxis LAVANDA
8324 Kirchberg an der Raab 186/6

LEITUNG:

Erich Bauer

Teilnehmeranzahl: 6-12

KOSTEN:

- Der Einführungsabend ist kostenlos und unverbindlich.
- Die Teilnahme an einem der Termine kostet jeweils € 80.

ANMELDUNG ERFORDERLICH:

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

Achtsamkeits- Jahresgruppe 2018

Die heilende Kraft der inneren Achtsamkeit vertieft erleben

Die Idee der Achtsamkeits-Jahresgruppe: wir treffen uns für ein gemeinsames, vertieftes Üben der Achtsamkeitspraxis.

Stressreduktion, Selbst-Erfahrung, Selbst-Erkenntnis, Entspannung und Vertiefung des Körperbewusstseins werden die Schwerpunkte sein.

In der gemütlichen Atmosphäre der Vitalpraxis LAVANDA in Kirchberg an der Raab.

Die Gruppe ist „geschlossen“ und bildet sich aus den TeilnehmerInnen, die sich vor dem ersten Termin angemeldet haben. Nach dem ersten Treffen kann die Gruppe gemeinschaftlich entscheiden, ob weitere Personen später dazukommen dürfen. Dadurch kann eine vertrauensvolle Atmosphäre entstehen, in der ein Austausch über die erlebten Erfahrungen möglich wird – natürlich vom Leiter professionell moderiert.

Der Einführungsabend ist kostenlos und unverbindlich.

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

**DEN WESENT-
LICHEN MOMENT
ERLEBEN: JETZT!**