

Vormittags Retreat

Möchtest du für einen Vormittag mal raus aus dem Alltäglichen?
Dir selbst ein Geschenk machen & wieder ganz bei dir ankommen?
Wenn ja, dann ist das Vormittags Retreat genau das richtige für dich.

In die Stille eintauchen, das Gefühl wieder eins zu sein.

Körper-Geist-Energie.

Was wir als Kinder ganz natürlich konnten, als heranwachsende verlernt & als Erwachsene vergessen haben, dürfen wir jetzt neu erfahren.

Wahrnehmen was es bedeutet im jetzigen Moment zu sein.

Ohne Druck etwas erreichen zu müssen oder für irgendeine Leistung bewertet zu werden.

Nur in Frieden präsent zu sein & den Augenblick mit allen Sinnen wahrzunehmen & zu genießen.

Wenn es dich ruft diese Erfahrung zu machen & du in eine Einheit von Körper und Geist kommen möchtest, lade ich dich von ganzem Herzen zu diesem Vormittags Retreat ein.

Wir praktizieren von 9 Uhr bis ca. 12 Uhr.

Mit Zazen, Körper-Geist-Übungen sowie Bewegungsmeditationen darfst du wieder ganz bei dir ankommen und die Verbundenheit mit dir selbst neu erforschen.

Was Du dafür brauchst:

- Bequeme Kleidung
- Festes Schuhwerk
- Zeit von 9 bis 12 Uhr

Teilnahmegebühr: 65€

Termine für Februar & März:

17.02.24 / 02.03.24 / 16.03.24

Teilnehmeranzahl: min. 3 - max. 5

Anmeldung sowie Stornierung 5 Tage vorher möglich

Tee, Wasser & Snacks,
stehen für dich bereit.



Sven Rollmann

HEILPRAKTIKER FÜR
PSYCHOTHERAPIE

Für die Anmeldung oder bei Fragen
kannst du mich gerne kontaktieren:



0160/4526479



be.you@inner-compass.eu



Mühlstraße 22
63762 Großostheim