

„Warum klopfst du an jede andere Tür? Geh und klopfe an die Tür deines eigenen Herzens“ - Rumi

Der Schlüssel für Ruhe und inneren Frieden liegt in deinem Herzen. Diese Weisheit kannst du gerade auch in äußerlich unruhigen Zeiten nutzen und in deinem Alltag anwenden.

In diesem Workshop erfährst du mit Hilfe von Atem, Rhythmen und Herz-Meditation einen Weg zu dir selbst, der dich stärkt und verbindet.

Spannende Hintergründe zu einem Herzensweg werden durch praktische Übungen erfahrbar. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Wir freuen uns auf dich.

Details für Hannover:

Wann: Samstag, 01.07.2023, 10:00 – 17:00 Uhr

Wo: Hannover-Zentrum

Details und Anmeldung: info@evaknoche.de

Workshop-Reihe:

„Aus dem Alltag direkt ins Herz“
- eine Reise zu innerem Frieden

Samstag, 1.7.2023 in Hannover
Zentrum

Sonntag, 2.7.2023 in Offenbach
bei Frankfurt

Details für Offenbach bei Frankfurt:

Wann: Sonntag, 02.07.2023, 10:00 – 17:00 Uhr

Wo: Offenbach

Details und Anmeldung: info@evaknoche.de

Workshop-Leitung:

Mehrdad aus London und Eva aus Hannover, mit deutscher Übersetzung.

Weitere Informationen: www.heartmeditation.eu