



LU JONG

TIBETISCHES YOGA

MIT

MANTRA SINGEN

IN VALZEINA

EIN SEMINAR MIT SILVIA BERGAMIN UND MICHELLE DEFALQUE

YOGISCHE BEWEGUNGS- UND KLANG- REISE AUF DAS DACH DER WELT

LU JONG , EINE ÜBER 5000 JAHRE ALTE BEWEGUNGSLEHRE TIBETS, IST EINE KRAFTVOLLE MEDITATIONSFORM, DIE UNSERE GESUNDHEIT SOWIE KÖRPERENERGIE STEIGERT, UNSER RÜCKGRAT STÄRKT UND EINE HARMONISCHE VERBINDUNG ZWISCHEN KÖRPER, SEELE, ATEM UND GEIST SCHAFFT. EIN ACHTSAMER WEG ZU INNERER RUHE UND ZUM GLÜCKLICHSEIN.

... UND DAZWISCHEN, GELEGENHEITEN WUNDERVOLL KLINGENDE **MANTRAS** ZU SINGEN, UM EINZUTAUCHEN IN DEN KERN DES SEINS ...

SEMINARDATUM ZEITEN UND VERANSTALTUNGORT

SAMSTAG	16. APRIL	2016	BEGINN	10.30 UHR	BIS	17.30 UHR	ABENDMEDITATION	20.00 UHR	BIS	21.00 UHR
SONNTAG	17. APRIL	2016	VON	09.30 UHR	BIS	16.00 UHR	KOSTEN MIT ÜBERNACHTUNG	FR. 430.00		
							OHNE ÜBERNACHTUNG	FR. 330.00		

SEMINARHAUS WILDROSE MIT ÜBERNACHTUNGSMÖGLICHKEIT 7213 VALZEINA (IM BÜNDNER HIMALAYA)

SEMINARLEITUNG

SILVIA BERGAMIN	LU JONG – LEHRERIN	NACH DER TRADITION VON TULKU LOBSANG	www.lujong.org
MICHELLE DEFALQUE	STIMMLEHRERIN UND SÄNGERIN		www.herzundstimme.ch

INFORMATION UND ANMELDUNG FÜR DAS SEMINAR, SOWIE ÜBERNACHTUNG

GABRIELA HOFER	0041 (0) 81 325 11 07	gabriela@huus-wildrose	www.huus-wildrose.ch
----------------	-----------------------	--	--

