



Meditation Retreat

im

Wald

14. Sep 24,
16 Uhr
bis
15. Sep 24,
16 Uhr

im Hotel Ucliva/GR
in kraftvoller Bündner Natur

Ruhepower - Gedankenstille - Herzöffnung

Leichte Meditationen in der Natur, befreiende Selbst-Achtsamkeit,
Leichtigkeit, innere Ruhe, Kraft, Lachen, Staunen, Flow!

<http://www.aufwaldwegen.com>

created by **Nicole Schwalda**



Meditation Retreat im Wald

ZUR RUHE KOMMEN

Meditationen in der Natur für jedes Level!
Eintauchen und bei dir Ankommen
Loslassmeditation im Wald
Leichtigkeit mit Selbstachtsamkeit

AUFTANKEN

neue Kraft durch Selbstanerkennung
Atemmeditation am Waldbach
Gehmeditation mal anders
Achtsamkeitsmeditation am Feuer

HERZ ÖFFNEN

dein Herz neu für deinen Weg öffnen
Flow-Meditation im Wald
Selbstvertrauen - Urvertrauen
Wie kann's leicht gehen?
Energie-Reading im Wald von Nicole

STAUNEN

Perspektivenwechsel - Eulenblick
Hören wie ein Hirsch
Pralinenmeditation



CHF 297 pro Person für den Meditation im Wald Retreat

zzgl. Hotel ab CHF 135 pro Person im Doppelzimmer mit erweiterter Halbpension
(Frühstücksbuffet, Lunch - Suppe/Salat, 3-Gang-Nachtessen)
oder für dich allein ab CHF 190

created by
Nicole Schwalda

Sichere dir deinen Platz! info@ucliva.ch oder 081 - 941 22 42