

PETRA FRIEDL
psychosoziale beratung

JETZT
ANMELDEN!

TRAUMASENSIBLE MEDITATIONSABENDE

MIT PETRA FRIEDL

TERMINE

09. Oktober, 19:00 Uhr
23. Oktober, 19:00 Uhr
06. November, 19:00 Uhr
20. November, 19:00 Uhr
04. Dezember, 19:00 Uhr
18. Dezember, 19:00 Uhr
(jeweils 1 Stunde pro Einheit)

Veranstaltungsort:

Yogaraum Hotel Santner
Alte Wiener Str. 1
5301 Eugendorf

Anmeldung unter:

0650 72 21 460
oder unter
petra@lebensbruecke.at

Preise:

15,00 EUR/Abend oder
80,00 EUR für alle 6
Abende

Bring bitte bequeme Kleidung
und eine Decke mit. Getränke
und Yogamatten stehen vor Ort
für dich bereit.



ERLEBE STÄRKE, GELASSENHEIT
& INNERE BALANCE IM ALLTAG

In meinen Meditationsabenden schaffen wir gemeinsam einen sicheren Raum für Ruhe, Ankommen und für Selbstwahrnehmung. Sanfte Impulse helfen dir, dein Nervensystem wahrzunehmen, zu regulieren und Entspannung willkommen zu heißen.

Ob im Liegen, im Sitzen, mit geschlossenen oder geöffneten Augen: begib dich mit mir auf eine Reise in dein Innerstes, die so individuell ist wie du. Du darfst in die Beobachtung gehen, ohne zu bewerten – alles ist willkommen!