

NEU!



Visionstankstelle

Erlebe die Einzigartigkeit der Hypnagogen Lichterfahrung in Kombination mit Entspannung, Klang und Bewegung

Zeit SA, 7. Feb. 2015 / 14:00 – 19:00 h (weitere Termine auf Anfrage)
Ort 6020 Innsbruck, Grabenweg 69, Institut für Bildung und Beratung

Kreislauf unserer Visionstankstelle

Der Weg

Wir starten mit Anleitung, um persönliche Ziele, innere Herzenswünsche oder Fragestellungen für uns selbst wahrzunehmen.

Mentale Visionsreise

Yoga-Atemübungen, mentale Elemente und autogene Tiefenentspannung mit besonderen Klangkörpern vertiefen die Vision.

Klangschalenmassage

zum Spüren, wie die Resonanz zwischen dir und der Klangschale entsteht, auf dich wirkt. Fühle dich stark, gesund, frei.

Hypnagoge Lichterfahrung

Erlebe hypnagoge Trance als Bewusstseinszustand zwischen Wachheit und Schlaf mit der international prämierten und patentierten Meditationslampe „Lucia N°03“.

Duft- und Klangexperimente

Lass dich zwischen den aktiven und passiven Phasen durch Düfte und Klänge immer wieder von Neuem inspirieren.

Einzelreflexion

Schreibe, zeichne, texte die erlebten Eindrücke, Gedanken, Fragenstellungen oder Antworten: Imagination, Visualisierung

Erfahrungsaustausch

Bevor wir uns aus der Visionstankstelle verabschieden, nutzen wir die Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch in der Gruppe.

Info, Teilnahmebedingung & Anmeldung unter: sigrid@pearce.at 0676/7491788 Beitrag: € 125,00 pro Person

Impressum:

Mag. Sigrid Pearce, Light Attendance GmbH, www.gesund-im-licht.at & Consulting, www.pearce.at, 0676 7491788

Sabine Egger, Gesundheitstrainerin, Cranio-Sacral-Balancing, Klangschalen-, Tanztherapeutin, www.ballimo.at, 0699 17332211

Michael Held, Ganzheitlicher Gesundheitscoach, betriebliche Gesundheitsförderung, www.wellcoach-held.at, 0650 3303211