

MINDFULNESS

VÅR 2019

Mindfulness - Oppmerksomhetstrening

En enkel metode for indre ro og selvutvikling.

Oppdag den naturlige stillhet gjennom konsentrasjon og oppmerksomhet.
Lær å være i Nærvær og Medfølelse og oppdage nye ressurser.
Lær å hvile i deg Selv og utvikle større sansevner for et rikere indre liv.
Ingen forkunnskaper.



Når: Søndager 20.januar, 10 februar og 24.mars

Pris: kr 700,-
Vipps 90078466 eller 0532 122 1779

Tider: Søndager 10 - 14

Påmeldingsfrist: Senest torsdag før hver helg!

Lærer: Connie Hvidberg Norup, Energiverkstedet.
Yoga & Meditasjonlærer i 33 år i Stavanger.

Hvor: Energiverkstedet, Kongsgaten 44, 4005 Stavanger
www.energiverkstedet.com, post@energiverkstedet.com
tlf 900 78 466

Mindfulness
900 78 466

Mindfulness
900 78 466

Mindfulness
900 78 466

Mindfulness
900 78 466

Mindfulness
900 78 466

Mindfulness
900 78 466

Mindfulness
900 78 466

Mindfulness
900 78 466

Mindfulness
900 78 466

Mindfulness
900 78 466