

Frauenkreise

Herbst/Winter

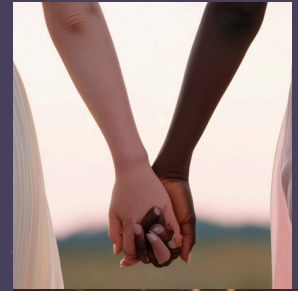
Die Frauenkreise bilden symbolisch einen Raum für innere Wandlung, der von Präsenz und ehrlicher Begegnung lebt. Er stärkt die Verbundenheit mit dir selbst und anderen. Wir kommen zusammen, bewegen uns, werden ruhig und schenken unserem Körper fernab von Leistung Achtsamkeit .

Meditation und Atemübungen, achtsame Bewegung aus dem Yoga und Tantra, Ayurveda und Arbeit mit den Elementen, Mantras und Austausch und einfach dich selbst im Hier und Jetzt spüren.

Termine Frauenkreise

Tara Yoga Basel, Klosterberg 15
jeweils 18.30–19.45 Uhr (Einlass ab 18.20)

SEPTEMBER	6.9. / 20.9.
OKTOBER	11.10. / 31.10.
NOVEMBER	8.11. / 29.11.
DEZEMBER	13.12. / 19.12.



Kosten / Kreis:
30.- Fr.

Anmeldung:
johanna.schmucki
@gmail.com
079 286 65 40

Johanna



www.johannasmucki.com