



Herfst Meditatie & Ontspanning Event

Meditaties - Sound Bath
Los laten - ritueel
Smudgen

Laat je op de klanken van de sound healing muziek meevoeren, de heerlijke geuren je in het Nu brengen, de warme gouden kleuren van de herfst je kalmte en tot rust brengen in deze ontspannende meditaties.

Thema is innerlijke balans, oogst, loslaten en transformatie. Element van de herfst is LUCHT.

Dit heerlijke ontspannende HERFST MEDITATIE MIDDAG EVENT zorgt voor rust en verbinding met jezelf en anderen. In een oase van rust middenin je eigen natuur, je essentie...je natuurlijke staat van Zijn...

Facilitors San & Raymond
www.loulousan.com

Laat je verrassen wat meditatie, relaxatie, ademen, geuren, klanken, warme kleuren, de verbinding maken met jezelf en anderen met je doet.

Relaxatie - Rust - Transformatie

Betaling bij inschrijving 35 *€uro pp* ♡ *incl thee/ cacao & healthy vegan snacks*

Eet licht die ochtend en middag, draag fijn zittende (warme) kleding en neem zelf een grote (bad) handdoek en dekentje mee.

Herfst is het element Lucht gaat over de beweging van je subtielere lagen, zoals emoties en gedachten. Lucht beweegt, net als je adem en de wind, en is verbonden met je zenuwstelsel: de plek in het lichaam waar je veerkracht te vinden is. Wil je ontdekken hoe dit element in jezelf vertegenwoordigd is? Welke dingen in je leven geven jouw lucht en lichtheid?

Sandra (San) Kroon (spiritueel coach) zal je begeleiden en ondersteunen in je diepe ontspanning en meditaties.

Raymond Betzel (handpan muzikant) zal je begeleiden met de prachtige meditatieve klanken van de handpan. Een magisch instrument. De klanken en trillingen werken door op diepere lagen.

Door middel van 100% pure cacao, meditaties en een prachtig Sound Bath gaan we de verbinding maken naar ons Hart en met ons Hogere Zelf...

 Zondag 20.10.24 & 10.11.24

 14.15-16.15



 Studio Locomotion Moves, Markt 10A

Velden

www.loulousan.com

