

Meditationkurse

mit Gisela Bucher

Naturheilpraktikerin, Meditationslehrerin, Buchautorin, Inhaberin der
TCM Praxis



Ich freue mich auf dich!

Seetalstrasse 2, 6274 Eschenbach

041 448 22 27

tcmpraxis.gb@gmail.com

www.tcmundnaturheilkunde.com

im Fluss sein mit Meditation

Praxis für chinesische
Medizin
und
Naturheilkunde



Naturheilpraxis, Meditation, Massage,
Kosmetik und Kurse

Gisela Bucher und Team

die wöchentlich wiederkehrenden Meditationskurse

Du möchtest wieder in den Fluss des Lebens kommen? Stress abbauen und wieder bei dir ankommen? Hast du Beschwerden und möchtest selbst etwas dazu tun? Dann könnten diese Kurse etwas für dich sein.

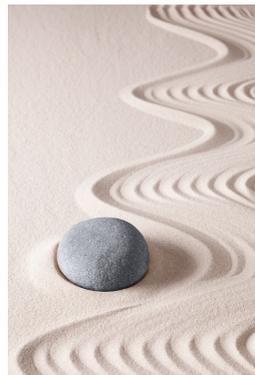
Die Meditationskurse sind keine religiöse Angelegenheit. Alle sind willkommen.

Bei psychischen Beschwerden ist meditieren nicht optimal. Bitte sprich mit uns, ob vielleicht der Meditationskurs bei Beschwerden eine Möglichkeit wäre.

Die genauen weiterführenden Kursdaten kannst du auf der Website nachschauen, bei uns nachfragen oder erhältst sie bei der Anmeldung.

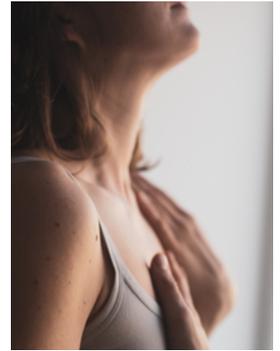
Der Meditationskurs bei Beschwerden, jeweils jeden 2. Dienstag um 15.30 Uhr, ab 5.3.24

Dieser Meditationskurs ist besonders für diejenigen, die Beschwerden haben. Es gibt schöne Atem- und andere Meditationsformen, die genau dafür sind. Bitte beschreibe mir im Voraus, was für Beschwerden du hast. Ich freue mich auf dich! Menschen in jeder Altersklasse sind willkommen! Wenn sich viele anmelden, führe ich den Kurs doppelt, aber immer am Dienstag um 15.30 Uhr! Stühle sind vorhanden.



Der Meditationskurs ab Montag 4.3.24 um 18 Uhr

Jeden Montagabend eine Stunde in einer Gruppe meditieren- das bringt mehr Ruhe ins Leben und eine neue Lebensqualität. Meditieren hilft dem Nervensystem langsam wieder herunterzufahren. Der ganze Körper profitiert davon! Körperspürreisen, Atemmeditationen, zwischendurch Mantrasingen, wenn gewünscht, Visualisationen...



Der Meditationskurs ab 5.3.24 Dienstagnachmittag um 14 Uhr

In einer kleinen Gruppe am Dienstagnachmittag für eine Stunde meditieren? Zur Ruhe kommen und im Alltag gelassener werden? Meditation kann das Tor zu einem besseren Leben sein! Die Meditationsarten sind gleich wie am Montagkurs.



Da der Meditationsraum klein ist,
können max. 6-7 Personen pro Kurs
teilnehmen.

Kosten: 28 Fr. pro Stunde
6er ABO: 162 Fr.
10er ABO: 250 Fr.