



YOGA Mitte

sich bewegen - entspannen - meditieren

Die Kunst zu Leben und zu Sterben

„Die Natur hat den Tod erfunden,
damit sie mehr Leben habe.“

J.W.Goethe



Die Betrachtungen über das Sterben haben viel mehr mit dem Leben zu tun, als wir glauben mögen. Sie bringen uns tiefere Erkenntnisse, die unser Da-Sein auf der Erde zu einem starken, sinnvollen und bewussten Leben machen.

Datum: Samstag, 03.02.2024

Zeit: 09.00h – 13.00h

Ort: YOGA Mitte

Kosten: € 40.--

YOGA Mitte

Resselstraße 18/1 · 6020 Innsbruck

Mail: office@yoga-mitte.at oder

Telefon: 0677 – 63 11 39 96



YOGA Mitte

sich bewegen - entspannen - meditieren

Die Kunst zu Leben und zu Sterben

„Die Natur hat den Tod erfunden,
damit sie mehr Leben habe.“

J.W.Goethe

In diesem Seminar wollen wir Anregungen für ein tieferes Verständnis von Leben und Tod geben. Wohlwollende Körperübungen werden begleitet vom bewussten Erleben unseres Atems.

Die vertrauensvolle Zuwendung vom Herzen her gibt uns eine starke Kraft sowohl im Leben als auch mit dem Sterben.

Referentinnen:

Shakti Siedler, ehrenamtliche Hospizbegleiterin
Yogalehrerin BYO/EYU

Angelika Lanthaler, Psychologin in freier Praxis,
Notfallpsychologin, Yogalehrerin BYO/EYU

Infos u. Anmeldung:

office@yoga-mitte.at oder 0677 – 63 11 39 96

YOGA Mitte

Resselstraße 18/1 · 6020 Innsbruck

Mail: office@yoga-mitte.at oder

Telefon: 0677 – 63 11 39 96