

Schwarzwald



- ✓ Qi Gong mit Birgit Hegemann
- ✓ Kleine, individuelle Gruppen
- ✓ Rustikaler Schwarzwald-
Charme
- ✓ Ganzheitliche
Metta-Meditationen

Qi Gong-Urlaub mit
Birgit Hegemann

17.07.2024
bis
21.07.2024



QI GONG & METTA MEDITATION IM SCHWARZWALD

Begleiten Sie Birgit Hegemann in den Schwarzwald! Dieses Seminar ist für alle Qi Gong Begeisterte, Geübte und Ungeübte. Gemeinsam üben Sie mit der Energie des Sommers, locken die Lebensfreude und stärken Ihre Mitte.

Im fließenden Üben entspannt sich der Körper, die Gelenke werden geschmeidiger und der Geist ruhig. Genussvolles bewegen im Rhythmus des Atems bringt Energie und löst Blockaden auf.

Die Meditation der liebenden Güte wird Sie dabei begleiten und Ihr Herz füllen. So nähren Sie Ihre Lebenskraft und können gestärkt und leichtfüßig durchs Jahr gehen.

Die Stille des Schwarzwaldes genießen

Weit und breit Stille um Sie herum! Sie treten hinaus in den großen Garten und lassen Ihren Blick in das umliegende Simonswäldertal schweifen. Das Steinweiden Retreat Center liegt in idyllischer Alleinlage im Schwarzwald, ca. 30 km von Freiburg entfernt. Hier können Sie eine Auszeit in der Natur genießen und den Alltagsstress hinter sich lassen.

Rustikaler Charme neu interpretiert

Fausta und Andreas haben hier ganz bewusst einen Ort erschaffen, der als Kraftort dienen soll. Hier können Sie zur Ruhe kommen, neue Energie schöpfen und sich selbst entfalten.

Ihre persönliche Ansprechpartnerin bei NEUE WEGE

Claudia Sanders, +49 89 413250537, c.sanders@neuewege.com

Ihre Kursleitung: www.neuewege.com/birgithegemann

REISETERMIN

17.07.2024 - 21.07.2024

PREIS

ab 950,- €

REISELAND

Deutschland, Schwarzwald

UNTERKUNFT

Steinweiden Retreat Center

MEHR INFOS

www.neuewege.com/4DEH5101



IHRE KURSLEITUNG

Birgit Hegemann

Seit 1990 mit Freude Lehrerin für buddhistische Meditation, Hatha-Yoga und Qi Gong. Eigenes Achtsamkeitstraining „Verweilen im Löwengeist“. Heilpraktikerin seit 1993.