



jeden 2. und 4. Montag  
um 19:00 Uhr

# MONTAGS MEDITATION

im Bürgertreff Seebruck

***mehr innere Ruhe und Gelassenheit***

Möchtest du Stress abbauen und dir etwas Gutes tun?  
Sehnst du dich nach innerer Ruhe und Gelassenheit?  
Dann lass uns gemeinsam meditieren. Wir praktizieren  
die Meditation über 2 Herzen, eine geführte Meditation,  
die dein Herzenergiezentrum aktiviert und dich sanft in  
die Stille führt.

Zum Abschluss führe ich durch eine kurze  
Heilmeditation, die deinen Körper und dein  
Energiesystem reinigt und mit frischer Energie versorgt.  
Auch wenn du noch keine Erfahrung mit Meditation hast,  
bist du herzlich eingeladen, es auszuprobieren.  
Die Teilnahme ist kostenlos.

## **Anmeldung:**

Katja Ziesemer, Haushoferstr. 38, 83358 Seebruck

Tel. 0163 / 154 56 49

[www.pranaheilung-katja.de](http://www.pranaheilung-katja.de)

