



# MEDITATION & ERDUNG

Quelle der Vitalität



## MEDITATION & ERDUNG

Mit der Erde verbunden sein heißt,  
im Körper verwurzelt mit dem Leben fließen.

Lebendig sein ist keine Abstraktion,  
sondern physisches Erleben.

Zellen sind in Bewegung und das kreiert Vitalität.

In diesem Workshop helfen Übungen,  
die Beine und den Unterkörper zu stimulieren.

Dabei schärft Meditation unsere Sinne für feine Schwingung,  
und der urteilende Verstand schweigt.

Für Freunde der Meditation und solche,  
die es werden wollen.

Mit Astiko & Freunden.

**TERMIN: 11. FEBRUAR 2018**

**flow-Therapiezentrum**

**Katharinenstr. 14 | 86899 Landsberg am Lech**

**14:00 – 17:30 Uhr | 40,00 EUR**

**Info: [www.astiko.de](http://www.astiko.de) | 0163-753 35 77**

**Anmeldung: [www.flow-landsberg.de](http://www.flow-landsberg.de) | 08191-401 72 10**