Qigong & Meditation in Feldis

„Die stille friedliche Ebene des Lebens bewusst erleben!“

Wir wollen 4 Tage lang in einer schönen Natur Ruhe und Frieden genießen.
Dabei üben wir heilsame Bewegungen vormittags und machen Meditation am Abend.

Die die Energiebahnen anregenden sanften Bewegungen wirken wohltuend und heilsam.
Innere Ruhe und Entspannung begleiten den Bewegungen, die die Energie im Körper steigern und harmonisieren.
Die Meditation verbindet uns mit unserer Urquelle und schenkt uns die Einsicht.

Feldis ist ein autofreies Bergdorf bei Chur, das mit der Luftseilbahn erreichbar ist.
Das Sternahaus ist ein kleines ökologisches Seminarhotel am Rande eines Waldes.
Wir wohnen im Sternahaus zusammen und werden jeden Tag ca. 3 Stunden Qigong üben und abends meditieren. Nachmittags kann man wandern, lesen, malen oder einfach die Ruhe und die wunderschöne Umgebung genießen.

Die Stille dort ist sehr heilsam und der Sternenhimmel mystisch.
Vor der Bergkulisse Qigong zu machen ist einmalig.

In der Zwischenzeit biete ich die individuell angepasste Craniosacrale Behandlung an.
Eine Behandlung kostet 140 CHF. (Von den Krankenkassen anerkannt)

Datum: 24.-27. August 2023 (Do-So)
Kursanfang: am 24.08 um 15:30 Uhr / Kursende: am 27.08 um 12:00
Ort: Berghotel Sterna, 7404 Feldis (GR) www.berghotelsterna.ch Tel: 081 655 12 20

Preis: **Kursgebühr**: 400 CHF *(Manche Krankenkassen zahlen einen Teil zurück.)*
Vollpension(3 Nächte)
Bad im Flur: zwischen 465 CHF und 585 CHF je nach Zimmer
Bad im Zimmer: zwischen 540 CHF und 720 CHF je nach Zimmer

Leitung und Anmeldung: Frau Jiyon Song
Praxis für Craniosacral Therapie
& Energiearbeit/Meditation & Heilbäder & Qigong/Taijiquan
Sonnenbergstr. 55, 8032 Zürich/076 489 82 51 www.eineblume.ch/info@eineblume.ch