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 idyllisches Bergdorf bei Chur, das mit der Luftseilbahn erreichbar ist.
Das Berghotel Sterna 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 Craniosacrale Behandlung an. (Von den Krankenkassen anerkannt)

Datum: 19.-22. **August** 2027 (Do-So)
Kursanfang: am Donnerstag um 15:30 Uhr
Kursende: am Sonntag um 12:00 Uhr / Anschliessend Mittagessen
Ort: Berghotel Sterna, 7404 Feldis (GR) www.berghotelsterna.ch Tel: 081 655 12 20
Preis: **Kursgebühr**: 420 CHF *(Manche Krankenkassen zahlen einen Teil zurück.)*
Vollpension (3 Nächte), Preise pro Person:
Einzelzimmer mit Bad im Flur: 600 CHF oder 720 CHF / mit Bad im Zimmer: 885 CHF
Doppelzimmer mit Bad im Flur: 600 CHF / mit Bad im Zimmer: 705 CHF

Leitung und Anmeldung: Frau Jiyon Song
Praxis für Craniosacral Therapie & Energiearbeit/Meditation & Qigong
Sonnenbergstr. 55, 8032 Zürich / Toggenburgerstr. 12, 9650 Neu St. Johann
076 489 82 51 www.eineblume.ch / info@eineblume.ch