

Retreat ins neue Jahr

mit Malik Hirschberg & Batin Hermes

28.12.2022 bis 31.12.2022

Kontemplation Meditation
Entdecken Konzentration
Raum im Herzen Yoga

**AUCH HEUER WOLLEN WIR UNS WIEDER
ZWISCHEN WEIHNACHTEN UND DEM
NEUEN JAHR GEMEINSAM IN DIE STILLE DES
RETREATS BEGEBEN.**

**MIT DEN ÜBUNGEN DER SUFIS WERDEN WIR
UNS IN KONZENTRATION, KONTEMPLATION
UND MEDITATION NACH INNEN WENDEN,
DER SEHNSUCHT IN UNSEREN HERZEN
RAUM GEBEN UND DER NATUR UNSERES
WAHREN WESENS NÄHER KOMMEN. DIESE
TAGE WERDEN UNS EINSICHTEN
OFFENBAREN UND INSPIRATION FÜR DAS
KOMMENE JAHR SEIN.**

**TÄGLICHE YOGA ÜBUNGEN WERDEN UNS DABEI
UNTERSTÜTZEN UND BEGLEITEN.**

VERANSTALTUNGSORT:

BEI EUCH ZU HAUSE UND IM HERZEN

06.30-07.30 MORGENMEDITATION

09.00-12.00 MEDITATION UND YOGA

16.00-18.00 MEDITATION

**DIE KOSTEN FÜR DAS RETREAT
BETRAGEN: € 180.-**

**WIR BITTEN UM ÜBERWEISUNG DER
KURS GEBÜHR BIS SPÄTESTENS
15.12.2022 UND BITTE TRETET MIT
UNS SO BALD WIE MÖGLICH IN E-MAIL
KONTAKT, DAMIT WIR EUCH DEN LINK
ZEITGERECHT ZUSENDEN KÖNNEN.**

**ANMELDUNGEN UNTER:
CATHERINE HERMES**

MAIL: jay.shivaling0@gmail.com IBAN: GB70 REVO 0099 7036 0573 05 BIC: REVOGB21



**MALIK
HIRSCHBERG**

1963,
REPRÄSENTANT UND
RETREATGUIDE DER
INAYATTIYA. SEIT
VIELEN JAHREN
LEITET ER RETREATS
IN D, CH UND
INDIEN.



**BATTIN
HERMES**

1966, IST
YOGALEHRERIN,
REPRÄSENTANTIN
UND RETREATGUIDE
DER INAYATTIYA. SIE
STUDIERT TANZ
UND MUSIK IN
INDIEN.

DAS RETREAT BEGINNT MITTWOCH,

28.12.2022 UM 17:00 UND ENDET AM

31.12.2022 NACHMITTAGS.

**WIR TREFFEN UNS, WIE LETZTES JAHR
VIA ZOOM.**

