

Retreat «KRAFT des JETZT»

mit Nia, Tai Chi und Meditation im
wunderschönen, abgeschiedenen
Berghotel Wanna in St. Antönien

9. Mai bis 12. Mai 2024

Das mit viel Liebe geführte Hotel haben wir
exklusiv für uns. Ein Ort der Ruhe, Kraft und
Inspiration, eine wahre Perle.

mit **Bettina Pfister**

Nia Teacher, Kinesiologin, Meditationsleiterin
und Mediale Beraterin





Befreie dich vom Selbsturteil und lebe bewusst und erfüllt.

Wie kommunizierst du, und wie bist du in deinem Sein verankert?

Befreie dich vom Selbsturteil und lebe bewusst und erfüllt. Unser Denken verselbständigt sich oft und kreist um das «Müssen». Wir geben dem Schöpferischen und Kreativen zu wenig Raum. Dann, wenn wir loslassen und uns der Präsenz im Augenblick zuwenden, wird uns die KRAFT des JETZT bewusst und nutzbar.

Durchatmen und spüren, was in diesem Moment wichtig ist und uns erfüllt.

Wir werden ...

- Nia tanzen
- Tai Chi/Qi Gong praktizieren
- meditieren
- Klangreisen machen
- genussvoll Zeit mit dir selbst verbringen und ein entspanntes Miteinander genießen
- uns verwöhnen lassen mit kulinarischen Köstlichkeiten

In einer Gruppe von maximal 10 Teilnehmerinnen und Teilnehmer tauchen wir ein in die KRAFT des JETZT.

Preis im Doppelzimmer inkl. 3 Übernachtungen, vegetarische Vollpension, Sauna mit Hot Tub zum Preis von 666.00

Bewegungskurse, Meditationen und Neuausrichtung in die KRAFT des JETZT zum Preis von 444.00

CHF 1 110.– (Einzelzimmer auf Anfrage zu einem Aufpreis)

Mehr Informationen findest du unter www.movebis.ch
Anmeldungen oder Fragen bitte an:
bettina@movebis.ch oder per Telefon 079/430 63 06

