

- Sinnenas dag -

Retreat med yoga, mindfulness och meditation

Kom bort från vardagen och få möjlighet att komma i kontakt med dig själv och hitta lugnet i en fantastisk miljö uppe på Sjökullen i Olsfors tillsammans med

Ingalill Tejder och Lisa Edvardsson.

www.kroppskonst.se

www.kroppsluckykan.se



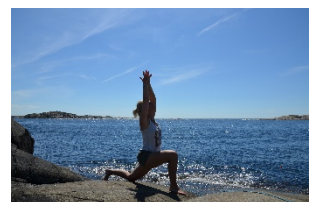
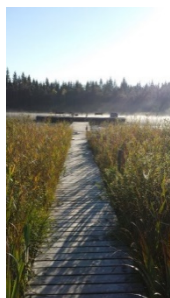
Tillåt dig själv att vila i tystnaden, acceptera det som är och promenera i vacker miljö. En dag då dina sinnen får njuta av både det yttre och det inre som yoga och meditation ger oss.

I dagen ingår två yogapass (som passar alla), en meditation och en ”stilla vandring”.

Du bjuds på fika, vill du ha lunch (vegetarisk) tillkommer en kostnad på 150 kr. Det finns tillgång till litet kök för att värma medhavd mat.

3 juli kl 10-17

är du varmt välkommen att dela denna härliga dag med oss
~kostnad 900 kr~



För anmälan kontakta: ingalil.tejder@kroppskonst.se, senast ... 30maj

För frågor och funderingar kontakta: Ingalill 0703464640, Lisa:0739362466