

Medicinhjulet - 6 platser.



Programmet är för dig som har viljan att utvecklas och är nyfiken på dig själv, inre ledarskap, andlighet och personlig utveckling och meditation. Gruppträffarna innehåller djupa rensningar med hjälp av olika transformativa verktyg, bland annat medicin hjulet, läror och meditationer ifrån den yogiska traditionen, ökad medvetenhet och djupgående meditationer. Övningarna öppnar upp seendet och ger klarhet för inre/yttre förändringar. Transformation inom dig kommer att spegla din yttre värld. Tillsammans skapar vi nya välgörande och hälsosamma vardagsrutiner vilket förbättrar din hälsa, ger mer glädje och kärlek i livet och mer utrymme för inre helande och visdom utifrån egna upplevelser.

Maximalt 6 deltagare. I programmet ingår 5 söndagar med gruppträffar och 5 individuella coaching/healing-sessioner till var och en av deltagarna. Och förstås massor med nya verktyg som du kan använda på egen hand.

Varje träff har olika teman. Rensningar av blockeringar och påfyllning av kraft sker via meditationer, enkla rörelser och övningar, processer, mudras, mantran och intentioner. Det bjuds på te och vegetarisk lunch under dagen.

- Det vita Medicinhjulet – kraftdjur och ceremoni
- Skapa nya hälsosamma rutiner som passar dig
- Emotionell detox - Släpp gammalt
- Frigör energi för kärlek, ljus och kraft
- Lämna rädslor, jämförelse och dömande - Säkerhet och kontroll
- Stå i din kraft – inre ledarskap. Förbered dig för stora förändringar

Datum: söndagar 19/2, 19/3, 23/4 och 14/5, 4/6 kl.10:00-15:00.

Investering: 10.900kr

Plats: Torsbygatan 36 – Centret för hela dig vid Farsta centrum, Stockholm.

Ledare: Lisa Hammar

Välkommen att höra av dig 070 313 70 73 eller mail till lisa@yogavayu.se