

## Skapa kraft tisdag 3:e januari



### .....sankalpa för ett glädjefyllt 2023

Välkommen tisdag kväll 3/1 med medicinskyoga, reflektion av 2022, stark meditation och ceremoni för att lämna det gamla och skapa 2023 med tillit, glädje och kärlek. Tillsammans startar vi det nya året genom att öppna och rensa kropp och sinne i från gamla minnen och mönster med medicinskyoga. Vi fortsätter sedan med meditation och intention/ceremoni för att skapa 2023 på det sätt som är viktigt för dig. Under kvällen kommer jag även berätta vad min mentor, "grandmother Jonette" (shaman), har kanaliserat och sagt om året som kommer.

Inga förkunskaper behövs. Du behöver endast en nyfikenhet och vilja att skapa en positiv och ljus framtid. Under yogan och meditationen går det bra att sitta på stol.

Ta med dig: egen yogamatta och filt, ljus som du tänder inför en sankalpa (ceremoni och intention) för 2023.

**Dag:** tisdag 3 januari

**Tid:** kl. 18:30-20:30

Investering: 350 kr, betala i samband med anmälan med swish till 070 313 70 73

**Plats:** Farsta gård, Farstaängsvägen 22, Hus: Magasinet 1 trappa upp

**Ledare:** Lisa Hammar

Anmäl dig via [www.bokadirekt.se/places/yogavayu-15066](http://www.bokadirekt.se/places/yogavayu-15066) eller mejla [info@yogavayu.se](mailto:info@yogavayu.se), ring 070 313 70 73 så hjälper vi dig med anmälan.

**Välkommen!**