

FEUER ZEREMONIE UND VOLLMOND

Feuerzeremonien werden in vielen Kulturen zur inneren Stärkung abgehalten.

Hast Du etwas, dass Du gerne umwandeln, transformieren möchtest oder etwas dass Du bestärken möchtest in Deinem Leben?

Wir werden in einer Tiefenentspannung unsere eigene Feuerkraft anschauen, die Feuerzeremonie vorbereiten und dann gemeinsam zelebrieren. Der Vollmond in seiner Magie wird uns begleiten. Ich halte seit vielen Jahren Feuerzeremonien bei mir in Aiona auf Bali und erfahre diese immer sehr kraftvoll. Ich würde mich sehr freuen, wenn Du dabei sein magst für Deine eigene Bestärkung.

Datum: Samstag, 21. Mai
Nur bei trockener Witterung
Zeit: 19 bis 22 Uhr
Kosten: Fr. 15.- kommt dem Verein zu Gute.
Anmeldung rahel.staheli@gmail.com
direkt bei mir, bitte bis spätestens Mittwoch, 18. Mai

INDONESISCHER MITTAGSTISCH

Gerne kochen Martin und Rahel erneut für die Sitzberglerinnen und die starken Männer vom Sitzberg. Diesmal, wie könnte es anders sein, ein nochmalier kulinarischer Gruss aus Indonesien mit Nasi Goreng, gebratenem Reis, Tofu Curry und schmackhaften kleinen Überraschungen aus Bali.

Datum: Sonntag, 22. Mai
Zeit: 12 Uhr

Kosten: Fr. 18.-, Kosten deckend, Überschuss für den Verein
Anmeldung rahel.staheli@gmail.com
bitte bis spätestens Mittwoch, 18. Mai

AYURVEDA UND YOGA

Zum zweiten Mal möchte ich Dich gerne einladen etwas mehr über die altindische Lehre von einem gesunden und glücklichen Leben zu erfahren. Die Ernährungsweise passend zu Deiner persönlichen Konstitution nach Ayurveda etwas genauer anschauen.

Mit Yoga, Bewegung und Atmung, den Körper ausstrecken, kräftigen und dehnen und mit Atmung dazu Deinen Geist etwas beruhigen.

Ich würde mich sehr freuen, wenn Du dabei sein möchtest. Ist für All jene gedacht, die Neues erfahren oder schon Bestehendes vertiefen möchten.

www.aionabali.com berichtet etwas mehr über mein Schaffen auf Bali.

Datum : Sonntag, 22. Mai
Nur bei trockener Witterung
Zeit : 14 bis 17 Uhr
Kosten: Fr. 25.- kommt dem Verein zu Gute
Anmeldung rahel.staheli@gmail.com
direkt bei mir, bitte bis spätestens Mittwoch, 18. Mai