



## MEDITATION IN BINGEN

Herzlich Willkommen in der offenen Meditationsgruppe im YOGA SHALA

Wir laden Sie ein mit uns Durchzuatmen, sich zu entspannen, die entstehenden Eindrücke zu genießen und neu aufzutanken.

Reisen Sie mit uns zum Inneren der Erde, schwimmen Sie mit Delphinen, besuchen Sie Ihr Herz, lernen Sie Ihr Krafttier kennen und erfahren Sie mehr über die Elemente und wie diese in Ihnen wirken.

Durch das regelmäßige Meditieren kann es zur

- Steigerung des Selbstwertes
- Aktivierung der Selbstheilungskräfte
- inneren Ruhe und Ausgeglichenheit kommen

Gönnen Sie sich eine Pause und besuchen Sie uns.

Veranstaltungsort:  
YOGA SHALA  
Mainzer Straße 20 (Hinterhaus)  
55411 Bingen

Leitung:  
Thomas Geyer  
Meditationslehrer  
Tel.: 06721/979220  
[info@thomasgeyer.org](mailto:info@thomasgeyer.org)