



MINDFULLNESS & MEDITATIONS KURS våren 2017

Passar alla,
nybörjare
som erfaren!

Kursledare livscoach MIA DE NEERGAARD

Passar alla, både dig som är van att meditera och dig som är nyfiken på meditation.

PÅ HARMONIGÅRDEN KURS START2 - 6 MARS!

DATUM & BOKA!

6 mars
27 mars
3 april
15 maj
5 juni

Tid 19-21

Frukt och vatten ingår.

Tag gärna med liggunderlag och filt.

Plats: Harmonigården i Höllviken

Anmälan sker till:

humanpotentialshop.se

info@humanpotential.se

040-456102

Pris 1750 kr

Tidigare deltagare 1500kr

Gå båda kurserna få kurs 2 för halva priset.

**Anmäl dig före 15 FEBRUARI
och ditt pris är 1.600kr!**

Mindfulness
Meditation



HÖLLVIKEN VÅREN 2017

KURS 1 FULLBOKAD - Boka KURS 2 NU få rabatt!

Öka din intuition, lär dig stressa ner och få verktyg som gör skillnad. Vi mediterar tillsammans och fokuserar på att vara "här och nu" och att släppa taget om hjärnans eviga tankebrus.

Medveten nu närvaro

Andningsmeditation

Ljutfokus med vackra mantran och tibetanska klockor

Chakra balansering

Dagliga övningar

Stressa ner

Öka din uppskattningsförmåga

Nära samtal

"Dessa kursträffar har varit fantastiskt befriande och stärkande. De har gett mig nya insikter och perspektiv."

"Haft en turbulent tid och dessa måndagar har varit en skön oas att komma till. Här har jag kunnat slappna av fullständigt och ladda batterierna."

Kursledare Mia de Neergaard, har väglett i grupper i meditation i 10 år och mediterat själv i 20 år. Hon är uppskattad för sitt självklara och varma sätt att guida andra till större närvaro, medvetenhet och välmående. Mia är flitigt uppmärksam i media. Hennes CD skivor och nedladdningar har sålts i över 10 000 exemplar. Mia är aktuell med den succé kalendern; **LEVA –Mitt år 2017!** Säljes här på Harmonigården

Välkommen till vårens nystart i balans och harmoni! Bli stressfri glad och lugn! KURSEN FÅR HÖGSTA BETYGG PÅ INNEHÅLL, UPPLEVELSE OCH KURSLEDARE!!!