

Future Consulting

**Ines Sophia Tanner - lic.phil./Psychologin FSP**

**Birchwiesstrasse 7 / 8114 Dänikon**

**INKA Workshop Tanz & Meditation  
Sonntag, 6. Mai 2018**

[](http://www.yoga-baden.ch/s/cc_images/teaserbox_2465941442.jpg?t=1472154365)INKA steht für Ines und Karin.   
Ein Workshop der von beiden gemeinsam durchgeführt wird.

Wellness am Sonntag für **KÖRPER**, **GEIST** und **SEELE**

**Jahreszeiten-Thema:**  Mit Schwung tanze ich in den Frühling.

Entfalte dich wie ein Schmetterling und brich auf zu neuer Lebenslust und Leichtigkeit.

**Ich werde lebendig, kraftvoll und blühe auf wie die Natur.**

Im **Tanz** füllen wir uns mit Kraft und Energie an und bringen den eigenen Rhythmus zum Ausdruck, ganz wie wir es in dem Augenblick stimmig fühlen. Ich bin ganz da und verweile in dieser Freude.

In stiller **Meditation** kommen wir in den Einklang mit uns selbst, wir erhalten Impulse, die unsere Entwicklung und unser Wachstum unterstützen und die uns bekräftigen in Gedanken, Gefühlen und Handlungen. Ich erkenne meine Ressourcen und weiss sie zu entfalten

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Datum / Uhrzeit Ort** | **Dauer** | **Teilnehmer** | **Verpflegung** | **Sonstiges** | **Teilnahmegebühr komplett pro Person:** |
| Sonntag 6. Mai 2018 13.00 bis 16.00 Uhr Yoga-Baden, Ehrendingerstrasse 12 5408 Ennetbaden | 3 Std. inkl. Pausen | Ab 16 Jahre, auch ohne Yoga-Tanz-Erfahrung  Teilnehmeranzahl beschränkt.  Kleine Gruppen | Snacks und Getränke sind inklusive | Bitte bequeme Kleidung mitbringen. | 120 CHF |

|  |  |
| --- | --- |
| **Anmeldungen bei** Ines Tanner - 078 678 43 36 - futureconsulting@bluewin.ch Webseite: www.channeling.ch oder Karin Gerber – 079 339 00 41 – karin@yoga-baden.ch Webseite: www.yoga-baden.ch A N M E L D E T A L O N | |
| **Name / Vorname** |  |
| Strasse / Nr |  |
| **PLZ/Ort** |  |
| **Telefon** |  |
| **Email** |  |