

Future Consulting

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

**Birchwiesstrasse 7 / 8114 Dänikon**

**INKA Workshop Tanz & Meditation  
Sonntag, 9. April 2017**



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** | **Teilnehmer-zahl** | **Teilnahmegebühr komplett pro Person:** |
| Sonntag 9. April 2017 von 13:00 bis 16:00 h Yoga-Baden, Ehrendingerstr. 12 5408 Ennetbaden | 3 Std. inkl. Pausen | Ab 16 Jahre, auch ohne Yoga-Tanz-Erfahrung | Snacks und Getränke sind inklusive  Bitte bequeme Kleidung  mitbringen | beschränkt, kleine Gruppe | 120 CHF |

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