



LU JONG

TIBETISCHES YOGA

MIT

MANTRA SINGEN

IN WINTERTHUR

EIN SEMINAR MIT MICHELLE DEFALQUE UND SILVIA BERGAMIN

YOGISCHE BEWEGUNGS- UND KLANG- REISEN AUF DAS DACH DER WELT

LU JONG , EINE ÜBER 5000 JAHRE ALTE BEWEGUNGSLEHRE TIBETS, IST EINE KRAFTVOLLE MEDITATIONSFORM, DIE UNSERE GESUNDHEIT SOWIE KÖRPERENERGIE STEIGERT, UNSER RÜCKGRAT STÄRKT UND EINE HARMONISCHE VERBINDUNG ZWISCHEN KÖRPER, SEELE, ATEM UND GEIST SCHAFFT. EIN ACHTSAMER WEG ZU INNERER RUHE UND ZUM GLÜCKLICHSEIN.

... UND DAZWISCHEN, GELEGENHEITEN WUNDERVOLL KLINGENDE **MANTRAS** ZU SINGEN, UM EINZUTAUCHEN IN DEN KERN DES SEINS ...

SEMINARDATUM, ZEITEN UND VERANSTALTUNGSORT

SONNTAG, 2.NOV. 2014 DAUER : 10.00 UHR BIS 17.00 UHR (MITTAGSPAUSE CA 2 STUNDEN) KOSTEN: CHF 140
YOGA & PILATES STUDIO GRÜNTALSTRASSE 24 8405 WINTERTHUR BEIM BAHNHOF WINTERTHUR SEEN

SEMINARLEITUNG

MICHELLE DEFALQUE , STIMMLEHRERIN UND SÄNGERIN

SILVIA BERGAMIN, LU JONG – LEHRERIN NACH DER TRADITION VON TULKU LOBSANG RINPOCHE

www.lujong.org

INFORMATION UND ANMELDUNG

MICHELLE DE FALQUE, TOBELSTR. 26, 7416 ALMENS +41 (0)79 719 19 61

SILVIA BERGAMIN, RICKETWILERSTR. 5, 8405 WINTERTHUR +41 (0)79 381 40 42

md.md@bluewin.ch

silla.bergamin@gmail.com

