

Nia Moving Meditation

Inspiration von 5 Elementen in Bewegung und Empfindung

Erde **Rhythmus und Balance**

Wasser **fliegend und sprühend**

Luft **Atem und Leichtigkeit**

Feuer **leidenschaftlich und strahlend**

Raum **Verbindung, Stille und Weite**

Montag 20.10. / 27.10. / 3.11. / 10.11. / 17.11.

09:50 - 10:50 Uhr, Zentrum ART OF BALANCE, Arbon

Herzlich Willkommen! 5-er Serie CHF 115, einzeln CHF 25

Infos + Anmeldung an Anne-Marie,

cert. Black Belt Nia Teacher

anne-marie@nia-arbon.ch 079 763 11 26

