

# LU JONG TIBETISCHES HEILYOGA

Meditation in Bewegung

NEU



**WAS** Diese authentische Bewegungslehre basiert auf der Tibetischen Medizin. Mit den Übungen kann man seine Selbstheilungskräfte aktivieren, sich von negativen Gefühlen befreien und seine Körperenergie steigern. Im Tantrayana ist der Körper das Fahrzeug für die Entwicklung und Transformation des Selbst. Wir können die wahre Natur unseres Geistes erfahren.

**WER** Michaela Tuzzolino, ausgebildete Lu Jong Lehrerin

Zielpublikum

Diese Methode ist für alle Altersgruppen möglich. Jeder, der diese Jahrtausende alte Bewegungslehre die auf spiritueller und medizinischer Ebene wirkt kennen lernen will, ist herzlich willkommen.

**WANN** Freitag, 12. März 2021, 15 Uhr bis Sonntag, 14. März 2021, 15 Uhr oder Freitag, 19. Nov. 2021, 15 Uhr bis Sonntag, 21. Nov. 2021, 15 Uhr  
Anmeldung bis 14 Tage vor Kursbeginn

**WIEVIEL** Kurs CHF 290  
Zimmerpreise siehe Seite 74 oder [www.hausderbegegnung.ch](http://www.hausderbegegnung.ch)  
Mindestens 8, maximal 10 Teilnehmende

**WEITERES** Im Novemberseminar werden wir von einer ganz besonderen partiellen Mondfinsternis begleitet sein. Dadurch können die subtilen Energien vermehrt zum Fließen kommen.  
Seine eigene Matte, Sitzkissen, Decke und Getränkeflasche mitnehmen.  
Die Mahlzeiten werden grundsätzlich vegetarisch sein.