



Vollmondwanderung zur Sommersonnwende nach tibetischer Tradition

Dienstag 14.Juni 2022

Durch meditatives Wandern können wir zu tiefer Ruhe und innerem Gleichgewicht zurückfinden. Wir gehen 2 Stunden langsam und im Schweigen, den Alpstein und den Bodensee immer im Blickfeld. Ein besonderes Erlebnis bietet diese Zeit um die Sommersonnwende. In der tibetischen Tradition geht man davon aus, dass besonders in der Vollmondzeit heilsame Energien frei gesetzt werden. Die Energiezentren, genannt Chakren, werden besonders aktiviert. Unser Energielevel erreicht das Maximum. Freiwillig können wir dazwischen die tibetischen 5 Elemente Stehübungen Lu Jong erfahren.

| | |
|--------------|--|
| Wann | Dienstag 14. Juni 2022 |
| Zeit | 20.15 – 22.30 Uhr |
| Start | Parkplatz Watt, oberhalb Roggwil TG an der Wattstrasse |
| Kleidung | Wanderausrüstung dem Wetter angepasst, evt. Stöcke |
| Mitnehmen | Taschen- oder Stirnlampe, evt. Getränk und Riegel |
| Versicherung | Sache des Teilnehmers, es wird keine Haftung übernommen, kein kommerzieller Anlass |
| Spendenbasis | Freiwillig für Vision Himalaya – Augenlicht schenken |
| Anmeldung | Max. 10 Personen, 079 453 01 57 , zita.hartmann@bluewin.ch |
| Durchführung | Nur bei gutem Wetter |