

# Yoga Meditation

Seminare für  
ganzheitliche Gesundheit  
in Neu-Anspach



Lebensfreude

Frieden

Stille

Klarheit

Achtsamkeit

Körper spüren

Selbstvertrauen

Bewusst-Sein

Ressourcen entdecken

Zur Ruhe kommen

Anmeldung und Leitung:  
**Hildegard Wansart-Hansen**, *Heilpraktikerin*  
Nassau-Oranierweg 4, D-61267 Neu-Anspach  
Tel. 06081-7159

# Yoga Meditation

## Yoga und Klang

Sanfte Yoga- und Atemübungen,  
Meditation, Tiefenentspannung

## Klangmeditation

... mit tibetischen Klangschalen und Gong  
Durch Klang zur Tiefenentspannung

## Heilsame Meditation

... aus tibetischer Tradition

## Stille-Retreat im Kloster

Das verborgene Potenzial innerer Ruhe erfahren



Die Stille stellt keine Fragen,  
aber sie kann uns auf alles  
eine Antwort geben.

*(Ernst Ferstl)*

Ausführliche Informationen zu den Seminaren  
und mehr finden Sie auf unserer Webseite.