



## Abend der meditativen Heilkunst

Sat Nam Rasayan® ist eine jahrhundertalte Meditationstechnik und Heilkunst in der Tradition des Kundalini Yogas. Sie ist sehr wirkungsvoll und entspannend. Ein Zustand tiefer, meditativer Stille hilft Tendenzen und Begrenzungen in Körper, Geist und Emotionen zu lösen, die häufig eine Ursache für Krankheiten sind. So können die Selbstheilungskräfte des Körpers wirken und wir dem Leben wieder ausgeglichener und klarer begegnen.

Du bist herzlich eingeladen, dich von einer\*m Sat Nam Rasayan Praktizierenden behandeln zu lassen. Dazu darfst du dich einfach hinlegen. Eine Behandlung dauert 20 bis 30 Min. Es ist keine Anmeldung notwendig.

Wir beginnen den Abend gemeinsam mit einer Meditation.

**Datum & Ort:** Freitag 17. Nov. 2023 von 19:30 bis ca. 21:30 Uhr  
Gemeinschaftsraum Unter-Grundhof 22, Emmen

**Informationen:** Andrea Schwingruber [www.yoga-kundalini.net](http://www.yoga-kundalini.net)  
Harry Reinert [www.hunkeleyoga.ch](http://www.hunkeleyoga.ch)

**Kosten:** Kollekte

**Mitnehmen:** Warme Decke

**Praktizierende:** Andrea Gasser, Harry Reinert,  
Mark & Andrea Schwingruber

