



BODY & MIND  
CENTER

# vollmond klangmeditation

**DIENSTAG, 4. APRIL 2023 - 19.00 - 21.00 UHR**

Klangmeditation zum Vollmond – Du bist in deiner Kraft

Du lässt dich von naturbetonten Klängen – passend zur Vollmondenergie – in eine Tiefenentspannung versetzen: Diese Entspannung lädt dich ein zum Innehalten, Loslassen und Reflektieren. Im April steht der Vollmond im Tierkreiszeichen Waage. Ein Vollmond, der sein Licht auf unsere Beziehungen wirft – die Beziehung zu uns selbst und zu anderen Menschen.

**Der Aprilvollmond gibt uns die Kraft und den Mut zu handeln.** Draussen wächst und gedeiht alles. Wir übertragen diese äusseren Kräfte in unser Inneres. Die Mondgöttin schwingt jetzt ihre Doppelaxt, die den zunehmenden und abnehmenden Mond symbolisiert. Sie schenkt uns Durchsetzungskraft und Siegesbewusstsein. Sie fordert uns auf, die Beziehung zu uns selbst nochmals zu überdenken und **verleiht uns Eigenmacht, Selbstverantwortung und Unbeirrbarkeit.** Sie erinnert uns daran, unsere Kraft voll und ganz zu leben.

Es dominiert das Element Luft:

Zeit für neue Ideen, Kreativität, Gedanken und Eingebungen.

Kurskosten: CHF 50 inkl. Getränke, Snack + Journaling

Kursleitung: Patricia Pineiro [www.ie-yoga.com](http://www.ie-yoga.com)

Im Body & Mind Center, Küngoltstrasse 14, 4500 Solothurn, [www.bodymind-center.ch](http://www.bodymind-center.ch)

Anmeldung [info@bodymind-center.ch](mailto:info@bodymind-center.ch)