MITTWOCH, 12. AUGUST 2026 - 19.15 - 20.45 UHR

Soundhealing | Journaling | Neuanfang | Entspannen und Räuchern

Lass dich von naturverbundenen Klängen – im Einklang mit der Energie des Neumondes – in eine sanfte Tiefenentspannung führen. Diese besondere Mondphase lädt dich ein, innezuhalten, zu reflektieren und **neue Intentionen für dein Leben zu setzen**.

Der Neumond steht für Neuanfang, Klarheit und Mut, das Alte loszulassen und Platz für Neues zu schaffen. Wir schauen, in welchem Element der Mond gerade steht und welche Qualitäten er mit sich bringt. Schreibrituale, sanfte Yogasequenzen, meditative Klänge und eigens abgestimmte Räuchermischungen begleiten dich auf deiner inneren Reise: hin zu Ruhe, Inspiration und Vertrauen in deinen Weg. **Du legst den Samen deines Neuanfangs in ein kraftvolles, behutsames Fundament** 🌙✨

Bei diesem Neumond entfaltet sich die Kraft des Elements Feuer:
Sie bringt Klarheit, wandelt Altes und stärkt deine innere Weisheit sowie dein Selbst-vertrauen. Das Solarplexus-Chakra, dein inneres Feuerzentrum, wird aktiviert und begleitet dich kraftvoll in deinen Neubeginn.

Kurskosten: CHF 38 inkl. Getränke, Snack + Unterlagen
Kursleitung: Patricia Pineiro www.ie-yoga.com
Im Body & Mind Center, Küngoltstrasse 14, 4500 Solothurn, www.bodymind-center.ch
Anmeldung info@bodymind-center.ch