



BODY & MIND  
CENTER

# neumond klangmeditation

**SONNTAG, 19. MÄRZ 2023 - 09.00 - 11.00 UHR**

Klangmeditation zum Neumond – Beginnergeist und Samensetzung

Du lässt dich von naturbetonten Klängen – passend zur Neumondenergie – in eine Tiefenentspannung versetzen. Sie lädt dich ein zum Innehalten und Neuausrichten. **Im März steht der Neumond im Tierkreiszeichen Widder – es ist dies die Zeit, die Frühlingsenergie willkommen zu heissen.**

**Dieser Neumond zündet den magischen Funken eines Neuanfangs, der Veränderung, der Freude und der Lebendigkeit in uns.** Mit der Mondenergie erhalten wir viel Weitsicht und dürfen verstehen, weshalb gewisse Dinge in unserem Leben bis anhin nicht gewachsen sind. Klarheit und ein gesundes Selbstvertrauen können jetzt einen inneren Neuanfang anstossen. Welche Bereiche deines Lebens sind zu wenig fruchtbar? Was möchtest du Neues beginnen? Eine nährnde und inspirierende Neumond Klangmeditation gibt dir Antworten – passend zum Frühlingserwachen.

Es dominiert das Element Feuer: Die innere transformative Kraft, die alles bewegt. Klangmeditationen werden auf allen Ebenen des Körpers und Geistes wahrgenommen. Sie wirken tief bis in unsere Zellen, weil alles in und um unseren Körper schwingt und in ständiger Bewegung ist.

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)