

«Aktuelle Hirnforschung zur Wirkung von Meditation & Yoga»

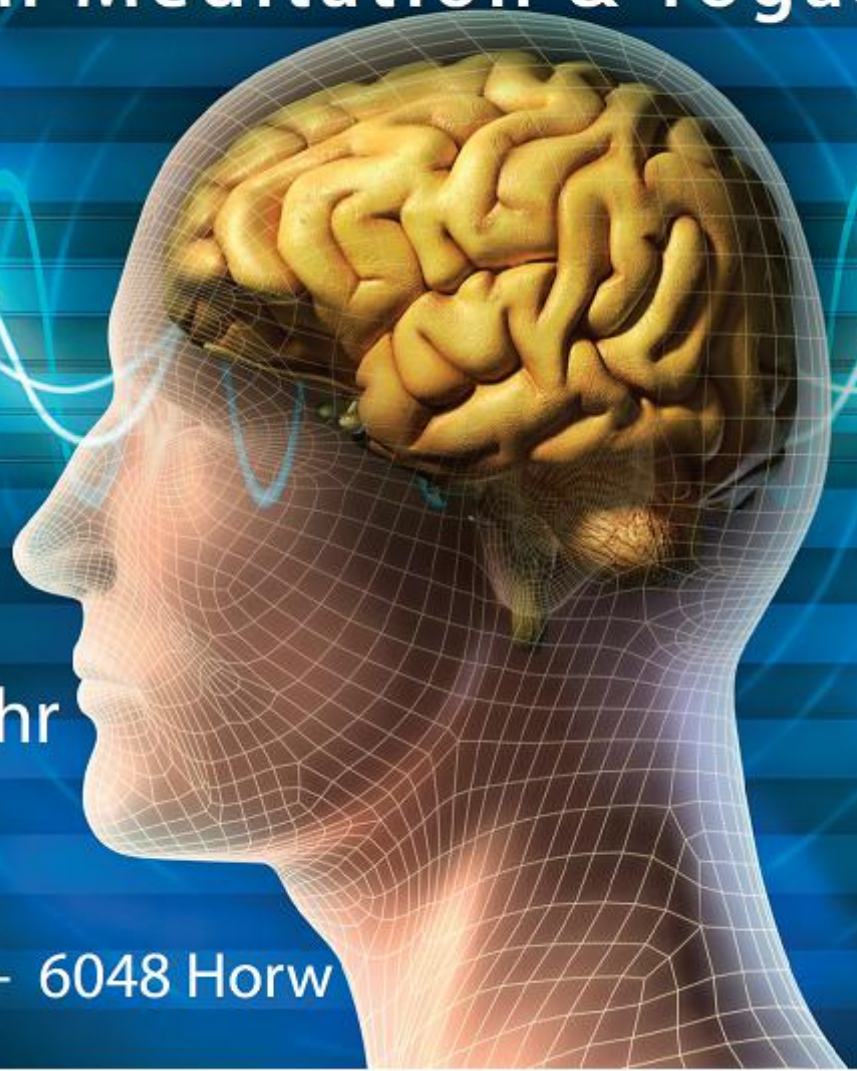
Vortrag

Freitag

14. Juni 2019

19.00 - 21.00 Uhr

Brändistr. 18 Süd - 6048 Horw



Was bewirkt Achtsamkeitstraining? Was ist unser persönlicher Gewinn? Weshalb sollten wir uns die Zeit zur Meditation nehmen?

Dr. Gisela Stauber informiert über die neusten neurowissenschaftlichen Studien im Bereich Achtsamkeit und zeigt auf, was Meditation in uns bis in die Zellen hinein bewirkt.

Machen Sie sich selbst ein Bild zum Thema mit Hilfe des Impulsvortrags und anschliessendem Austausch und Übungen zur Selbsterfahrung.

Eintritt frei

Anmeldung unter info@yogaimpuls.ch

Marianne Lutz

Stirnütistrasse 43
6048 Horw

Yogaraum

Brändistrasse 18 Süd
6048 Horw/Luzern

041 340 24 10
075 424 57 15

 **Yogaimpuls.ch**
VOM INNERN BERÜHRT

info@yogaimpuls.ch
www.yogaimpuls.ch