



Rauhnächte 2021 / 2022

- 25.12.2021 - 1. Rauhnacht:** 09:30 Uhr Zoom Meeting ca. 45 Minuten
26.12.2021 - 2. Rauhnacht: geleitete Meditation per Sprachnachricht
27.12.2021 - 3. Rauhnacht: geleitete Meditation per Sprachnachricht
28.12.2021 - 4. Rauhnacht: geleitete Meditation per Sprachnachricht
29.12.2021 - 5. Rauhnacht: geleitete Meditation per Sprachnachricht
30.12.2021 - 6. Rauhnacht: geleitete Meditation per Sprachnachricht
31.12.2021 - 7. Rauhnacht: 09:30 Uhr Zoom Meeting ca. 45 Minuten
01.01.2022 - 8. Rauhnacht: geleitete Meditation per Sprachnachricht
02.01.2022 - 9. Rauhnacht: geleitete Meditation per Sprachnachricht
03.01.2022 - 10. Rauhnacht: geleitete Meditation per Sprachnachricht
04.01.2022 - 11. Rauhnacht: geleitete Meditation per Sprachnachricht
05.01.2021 - 12. Rauhnacht: 19:30 Uhr Zoom Meeting ca. 45 Minuten

Die angeleiteten Mediationen kannst du dir dann anhören und praktizieren, wenn es zeitlich für dich passt, du den Raum und die Ruhe dafür hast. Die online Meetings finden per zoom statt und werden nicht aufgezeichnet, also solltest du diese Zeit für dich reservieren.

Wenn dir mein Angebot zusagt, dann melde dich gerne an: info@anbo-yoga.de
Teilnahmegebühr für alle 12 Rauhnächte sind 60€ / Person.
Ich freu mich auf dich.

Herzliche Grüße
Annette