

MEDITATION

und Gesundheit

Wo? Bei Laurent Jovet, F-07570 NOZIERES (Zentralmassiv, Bahnhof Valence)

Wann? Ankunft am Samstag, 30. September.
Abreise am Donnerstag, 5. Oktober 2017.

Was? Meditation ist die Tür für Spiritualität. Wir erfahren in diesem Seminar auch, dass es wissenschaftlich bewiesen ist, dass sie einen positiven Einfluss auf die Gesundheit hat. Das Seminar richtet sich an 8 bis 10 Männer.

Wie? Mit einfachen Mitteln (Wahrnehmung, Bewegung, Haltung, Atmung, Sitz- und Gehmeditation) wird die Praxis der Meditation vertieft. Die gesundheitlichen Aspekte werden in Einzelgesprächen mit den Teilnehmern individuell erarbeitet und mit Hilfe der Herzfrequenzanalyse auch messbar gemacht.

Wer? Laurent Jovet, Meditationsbegleiter, Musiker.
Dr. Günther Spahn, Arzt für Innere Medizin und Naturheilverfahren (Mainz)

Wieviel?

400€ für: Kursgebühren,
Übernachtung und Essen.
Transfer von Valence TGV
nach Nozières (1 St.)

Kontakt?

+33 6 21 58 70 97
laurent@jovet.org
www.jovet.org

