



Termine 2026:


14. April
19. Mai
9. Juni
21. Juli
4. August
8. September
6. Oktober
10. November
15. Dezember




Zeit, wieder bei dir anzukommen

In meiner Meditationsrunde findest du einen Ort der Ruhe – fern vom Lärm des Alltags, nah bei dir selbst. Ob du neu beginnen oder deine Praxis vertiefen möchtest: Gemeinsam tauchen wir ein in Achtsamkeit, Atem und Präsenz. Wir aktivieren jeweils unsere sieben Chakren und beruhigen unser Nervensystem.

 Sabrina

 im Ernergarten, 3995 Ernen
oder online live dabei

 18.30 Uhr, 75min

 25fr. pro Abend
oder im 5er Abo für 100fr.
(gültig 7Monate)

Anmeldung unter:
+41 76 433 17 86

www.mibina.ch

