

Einladung zum achtsamen Start ins 2017

2017 bewusst beginnen...

.... Meditierend im Moment sein

.... Aus der Kraft der Gegenwart und der Verbundenheit das eigene Visionboard (Collage) für 2017 erstellen

Aloha und guten Tag!

Möchtest du für 2017 bewusst Akzente setzen?
Und dies in aller Achtsamkeit?

Wir laden dich zu einem besonderen Nachmittag ein:

Mittags um eins (13 Uhr) führt dich Regina durch die iPhoenix Meditation des **ersten Musters mit dem Thema – ich fühle / ich nehme wahr**. Dies hilft dir, dich im Moment – vielleicht auch in der Präsenz jenseits aller Zeitvorstellungen zu sammeln.



Und wie der Phoenix seine Flügel schüttelt und aus der Asche aufsteigt, kannst du dir mit den iPhoenix Meditationen neue (mentale, emotionale, seelische oder physische) Bewegungen und Impulse erschliessen. Und neue Einsichten gewinnen, über das, wer du bist und was dich ausmacht.

Anschliessend leitet dich Rita an, wie du deine Hoffnungen, Wünsche und Ziele für das 2017 in einer Collage (einem Visionboard) festhalten kannst. So hältst du fest, was für dich im 2017 wichtig ist, worauf du deine Energie lenken willst. Vielleicht erkennst du das eine oder andere im Tun, während des Klebens der Collage.

Sicher bleibt auch noch Zeit für einen Kaffee oder Tee zwischendurch.

Energetisch leben auf den Punkt gebracht

1. Januar 2017 von 13.00 – 17.00 Uhr

2017 bewusst beginnen

Meditierend uns sammeln. iPhoenix Meditation zum Thema 1 – Ich fühle / ich nehme wahr.

Eigenes Visionboard (Collage) für 2017 gestalten.

Treffpunkt	Praxis Kuster Reich Konsumstrasse 13, 8630 Rüti ZH
Datum	Sonntag, 1. Januar 2017, von 13.00 Uhr bis ca 17.00 Uhr
Anreise	mit S5 oder S15 im Viertelstundentakt Parkplätze (blaue Zone) in Gehdistanz
Energieausgleich	CHF 44
Mitbringen	Schere, Leim wer hat: Illustrierte (die zerschnitten werden dürfen)

Leitung



Rita Rusterholz

www.rita-rusterholz.ch

Regina Kuster Reich

www.kusterreich.ch

Anmelden

Ja, bitte bis 30. Dezember 2017:

bei Regina +41 55 260 12 29

oder +41 79 870 12 71, regina@kusterreich.ch

Oder bei Rita +41 43 399 05 71 oder

+41 76 489 00 25, balance@rita-rusterholz.ch

Bestätigen

Anmeldungen werden bestätigt.

Wir freuen uns auf dich!

Aloha und Namaste

Rita Rusterholz

und

Regina Kuster Reich

Energiearbeit der Neuen Zeit

iPhoenix Teacher und Facilitator

Praxis Kuster Reich, Konsumstrasse 13, 8630 Rüti ZH, Schweiz, +41 79 870 12 71

regina@kusterreich.ch, www.kusterreich.ch

Stand: 20.12.2016