



MEDITATIONS-AUSBILDUNG MIT ZERTIFIKAT

In der Meditationsausbildung lernen Sie die verschiedenen Meditationstechniken kennen und anwenden.

Schritt für Schritt lernen Sie, wie Sie die eigene Meditationstechnik in den Alltag integrieren können. Sie lernen, wie Sie Ihre eigenen Meditationen schreiben können – für Sie selber wie auch für andere Menschen. Sie lernen ausserdem, eine Meditation zu leiten.

Ebenso lernen Sie einige Achtsamkeitsübungen kennen, die Ihnen helfen, sich besser wahrzunehmen.

KURSDetails

- **Dauer:** Die Ausbildung erstreckt sich über einen Zeitraum von 8 Monaten, mit einer schriftlichen und einer praktischen Prüfung am Ende.

- **Zeitplan:** Die Kurse finden einmal im Monat am letzten Samstag statt, wahlweise von 11.00 bis 14.00 Uhr oder von 14.00 bis 17.00 Uhr.
- **Gruppengrösse:** Ich lege Wert auf individuelle Betreuung, daher ist die Gruppengrösse auf 3 bis 5 Personen beschränkt.
- **Kosten:** Die Gebühr für die gesamte Ausbildung beträgt Fr. 670.- pro Person. In den Kosten enthalten sind ausführliche Unterlagen sowie ein Zertifikat nach erfolgreicher Absolvierung der Prüfungen.

IHR NÄCHSTER SCHRITT

Diese Meditationsausbildung ist mehr als nur ein Kurs; es ist eine Investition in ein erfüllteres, ausgeglicheneres Leben. Melden Sie sich jetzt an und starten Sie Ihre Reise zur Meisterschaft der inneren Ruhe und Achtsamkeit.

ANMELDUNG

Gesundheitspraxis Dornach
Esther Miesch
Hauptstrasse 40
4143 Dornach

Telefon: 079 952 78 52 (bitte keine SMS)
E-Mail: esther_miesch@bluewin.ch