***Skønne kvinder – kom & vær med***

Workshop med source åndedrætsterapi i varmt vand

Kære kvinde, du som har erfaring med livet, og som er modnet af det. Har du et hjertelig ønske om, at komme endnu tættere på den du i virkeligheden er? Og har du en længsel efter at hvile mere ind i dit eget nærvær og lytte dybt til dit indre?

Så er denne weekend måske noget for dig?

Vi vil gerne invitere dig til en weekend, i et kærligt fællesskab med kvinder, hvor vores primære fokus vil være at bruge det bevidste åndedræt. Ved brug af åndedrættet, vil du blive støttet i at lytte dybere ind i dig, og du vil opleve et trygt og stille nærvær med din krop. I dette nærvær, vil du opleve forbundethed, accept og en glæde ved at være til.

I processen arbejder vi med din uskyld og dit indre barn.

Vi vil arbejde med guidet meditationer, 2&2 øvelser, dele processer og sidst men ikke mindst, vil alle blive støttet i en kærlig åndedrætssession i 37 grader varmt vand.

En vidunderlig støttende og kærlig proces, hvor du virkelig får mulighed for at slippe det du ikke mere har brug for. Så du kan åbne op for din livskraft og glæde.

**TID:** Fredag d. 3./5. kl. 16-20

Lørdag d. 4./5. kl. 9-18

Søndag d. 5./5.kl. 930-13

**STED**: Huset Sanitas, Ndr. Jernbanevej 16 A st., 3400 Hillerød

**PRIS**: 1950,-kr.

**TILMELDING:**

 Anita E. Juhl  Hanne Jonasson

Anita: [husetsanitas@gmail.com](mailto:husetsanitas@gmail.com) Hanne: hannejonasson@hotmail