



# Herzensraum

## Seelenreise und Meditation

Innehalten, achtsam sein, ruhig werden – dies geht so häufig im Alltag vergessen. Wir schaffen Zeit und Raum, uns unserem innersten Selbst und der Ruhe, die wir in unserem Herzen tragen zuzuwenden. Im Herzensraum kehren wir in die Stille ein und begegnen unserem Selbst in Achtsamkeit.

Durch geführte Visualisierung und Aktivierung einzelner Akupunkturpunkte (Seelenpunkte) in der Eigenanwendung verändern wir unsere Energie und stärken so unsere Basis und die Verbindung zu unserem innersten Kern. Wir gelangen in die Tiefe unseres Seins und transformieren unsere Energie mit der Ruhe der anschliessenden Meditation - Veränderung wird in und um uns möglich und wir können dem Alltag mit Gelassenheit begegnen.

Zeit: 19.00 – 21.00 Uhr

Ort: Dorfstrasse 30a | 5430 Wettingen  
Gemeinschaftspraxis 1. OG

Kosten: Fr. 45.-  
inkl. 7.7% Mwst. / Zahlung Bar oder per TWINT vor Ort

Anmeldung: [info@ritaerne.ch](mailto:info@ritaerne.ch)

Daten: ca. 1x pro Monat – Daten sind in der Agenda aufgeführt.

**Rita Erne** Kinesiologie und ganzheitliche Begleitung

Dorfstrasse 30a | 5430 Wettingen

079 385 35 50 | [info@ritaerne.ch](mailto:info@ritaerne.ch)