

Öppet hus på Fridhem

En heldag med oss som gör olika workshops, utbildningar och meditationer här på Fridhem

Nu har är det dags för oss att bjuda dig till en heldag prova på med allt från dans och kroppsbehandlingar till stilla meditationer, du kan handla i kafét hela dagen och naturligtvis betalar du inte för aktiviteterna denna dag!

Välkomna önskar Andreas och alla som har aktiviteter här på Fridhem

Söndag den 30 januari 2011

Tid: 08.00 – 20.00

Adress: Fridhemsgatan 21, Fridhemsplan

Program

- 08.00 Dynamik meditation med
 "Nils, Yogananda Larsson"
- 10.00 Kroppsmeditation inspirerat av Continuum metoden med
 "Andreas Lindermann"
- 11.30 Yoga med "Marie Öfvergård"
- 13.00 Salsa med "Georgios Dimitriadis"
- 14.30 Osho aktiva meditationer med "STHLM Osho meditationer"
- 16.00 Bodysense berörings terapi med
 "Andreas Lindermann"
- 17.30 Osho diamond breath, Andning & meditation
 "Nils, Yogananda Larsson"
- 19.00 Vad är meditation & är det något för mig?
 öppet seminarium om olika sätt att meditera & med utrymme
 för frågor, vi prövar på olika sätt att meditera.
 "Andreas Lindermann" & "Nils, Yogananda Larsson"

Lokal : Fridhem, Fridhemsgatan 41, Sthlm

Dörr Kod 0619

www.bodysense.se & www.oceans.se