

meditation

MIT CORNELIA STUDER
25. JUNI - 27. JUNI 2021
NIRA ALPINA,
SILVAPLANA - SURLEJ

MEDITATIONS-
WEEKEND

PROGRAMM

FREITAG, 25. JUNI 2021

- Ab 15:00 Uhr Einchecken im Nira Alpina
Ankommen und einstimmen
- 17:00 Uhr Begrüssung
Einführung
Meditation
- 18:30 Uhr Nachtessen

SAMSTAG, 26. JUNI 2021

- 05:30 Uhr Stille Meditation am See oder auf dem
Berg zum Sonnenaufgang (fakultativ)
- 08:15 Uhr Frühstück
- 09:30 Uhr Geführte Meditation
- 10:30 Uhr Zeit für DICH... ruhen, geniessen, sein....
- 17:00 Uhr Geführte Meditation
- 18:30 Uhr Nachtessen

SONNTAG, 27. JUNI 2021

- 05:30 Uhr Stille Meditation am See oder auf dem
Berg zum Sonnenaufgang (fakultativ)
- 08:15 Uhr Frühstück
- 09:30 Uhr Geführte Meditation
- 10:30 Uhr Ausklang des Meditations-Weekend

MEDITATION

LIEBE - die stärkste Energie, die wir zur Verfügung haben, ist Inhalt der Meditationen an diesen Tagen. Geführte, gesprochene Meditationen zu sanften Klänge. Stille Meditationen in der Natur. Balsam für die Seele. Erholung für Körper und Geist. Ruhen. Loslassen. Kraft schöpfen.

Die Meditation ist in der «neuen Zeit» - die unzählige Möglichkeiten und Chancen bietet - ein unbeschreiblich wichtiges Werkzeug. Die Energie hat sich erhöht. Unsere Geisteskraft ist verstärkt.

Das Herz ist unser Zentrum, von dem alles ausgeht. Meditations-Tage voller LIEBE und LICHT. Freue mich sehr darauf!

CORNELIA STUDER

MEDITATIONSLEITERIN MIT LEIB UND SEELE.

In die Stille gehen und bewusst mit Himmel und Erde verbinden. Für mich lebenswichtig und natürlich.

Ich lebe die Liebe, höre auf die Stimme meines Herzens und gehe den Weg meiner Seele.

Liebe den Schnee, die Sterne, die Berge, die Farbe weiss und den Bergkristall. Die körperliche Bewegung wie das Ruhen in mir selbst.

Meine enge Verbundenheit mit der Lichtwelt berührt mich tiefst in meinem Herzen und erfüllt mich mit grösster Dankbarkeit.

ÜBER DEINE ANMELDUNG FREUE ICH MICH SEHR

coaching@corneliastuder.ch

www.coaching.corneliastuder.ch

HOTEL

ALLEGRA UND HERZLICH WILLKOMMEN

Meditations-Tage voller LIEBE und LICHT im Nira Alpina, Silvaplana-Surlej.

NIRA ALPINA

Das NIRA ALPINA ist ein Design und Lifestyle Hotel mit einem sehr herzlichen Team. Wunderschön gelegen am Fusse des Corvatsch mit Sicht auf die Berge und den See. Die Corvatsch-Zimmer verfügen über einen Balkon. Im Shanti Spa by Pure Altitude kann man sich verwöhnen lassen und geniessen. Der Meditations-Raum mit direktem Zugang in den Garten, ist dank der Panorama-Fenster sehr hell, gross und bietet eine umwerfende Sicht auf die Bergwelt.

KOSTEN

Meditation und Corvatsch-Zimmer für 2 Nächte, 3 Tage pro Person 25.06.-27.06.2021
CHF 880.00 in Einzelbelegung
CHF 750.00 in Doppelbelegung

Im Zimmerpreis enthalten sind: MwSt., Frühstücksbuffet, WLAN und Zugang zum Shanti Spa by Pure Altitude. Exklusive: An- und Rückreise, Kurtaxen, Getränke, Nachtessen, Extras

STORNIERUNG ODER ANPASSUNG

Bis 14 Tage vor Anreise kostenlos.

Nira Alpina, Via dal Corvatsch 76,
7513 Silvaplana-Surlej, www.niraalpina.com