

# NACHBARSCHAFTS TREFF

Elsässer Straße 15, 22049 Hamburg, Tel: 693 00 94

Mail: nachbarschaftstreff@web.de

## Vollmondmeditation



Beginn: 20 Uhr

Ende: ca. 22 Uhr

Kosten:

Jede/r zahlt,  
was er/ sie kann

## Dienstag, 12. November 2019

In der besonderen Atmosphäre des Vollmondes bietet Maren Esser, Yogalehrerin in Ausbildung, einen Meditationsabend an:

Ankommen & Tee

Sanfter Yoga

Vollmondtext & geführte Meditation

Bitte bequeme Kleidung sowie bei Bedarf eigene Matte & Decke mitbringen (wenige Matten und Decken vorhanden)

**Eine Anmeldung ist erforderlich! Tel.: 040 - 693 00 94**