



BREATHWORK MEDITATION BOOST LOMTJÄRN RETREAT & KONFERENS NJURUNDA, SUNDSVALL

Fredag 2 juli 15-19.30

Utomhus event. Outdoor event

"Yoga, breathwork, silence, meditation, dance charing and Sauna."

This event is possible for our non Swedish spoken students.

Give me a call 070-673 38 07. (English)

Vi börjar kl 15.00 men du får gärna komma tidigare och mingla med naturen och andra. Ingen tidigare erfarenhet krävs men ett öppet sinne är en fördel. Vi använder oss av kraftfulla spännande andningsövningar och meditation som får lusten, kreativiteten, spontaniteten och kärleken i dig att spira. Bastu och bad för den som vill. Det finns även möjlighet att stanna kvar och ligga över i stugor

Kostnad: 400 kr

Anmälan: roger@rogerkangas.se

Pris & information

400 Sek. +200 för logi.

Ha bekväma kläder för rörelse, sängkläder och handduk om du sover över och bastar. Te och frukt ingår.

Plats:

Lomtjärn, Åhvägen 50,
Njurunda, Sundsvall

Bokning & info:

roger@rogerkangas.se

070-673 38 07



Välkomna!

Roger Kangas har jobbat med hälsa och personlig utveckling i över 20 år. Tillsammans med läkaren Birgitta Brunnes har han sedan 1995 haft kurser i självkännedom. Förutom en gedigen kunskap om hjärnan har han utvecklat och studerat kraftfulla fysiska meditationer och andning som förändrar på djupet.