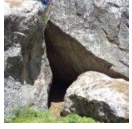




**Praxis für Energie-, Trauma- und Prozessarbeit
nach Barbara A. Brennan
und
Maly-Meditationstherapie**



Barbara Tuena Giovanoli – Mulin 10 – 7502 Bever – 078 763 41 83



Meditieren mit den ersten Sonnenstrahlen auf der Alp Languard



Geniessen Sie ein Naturerlebnis der besonderen Art. Mit den ersten Sonnenstrahlen auf einer frühen Bergfahrt zur Alp Languard erleben sie wie unsere Bergwelt erwacht.

Offeriert von Pontresina Tourismus, wird das Angebot an den folgenden Donnerstagmorgen im Juli und August durchgeführt:

**Donnerstag,
07., 14., 21., 28. Juli / 04., 11., 18., 25. August 2022**

An diesen Tagen fahren die ersten Sessel ab 8:00 Uhr auf die Alp oder Sie kommen zu Fuss.

Wir treffen uns jeweils **um 7.55 Uhr in Pontresina bei der Talstation Sesselbahn Languard**

Draussen auf der Alp nehmen wir mit sanften Entspannungs-, Achtsamkeitsübungen und Meditation die Stille und Weite dieses wunderbaren Ortes in uns auf. Es gibt nichts zu tun, wir sind einfach präsent mit dem was gerade ist...



Wenn Sie Lust haben, geniessen Sie danach ein ausgiebiges Alpfrühstück oder einen Morgenkaffe auf der Alp Languard.

Kosten: kostenlos (exkl. Sesselfahrt) / Gruppen auf Anfrage

Mitnehmen: geeignete, warme Kleidung, gutes Schuhwerk, eventuell eine Decke (Matten sind vorhanden!) -> Bitte Coronavirus-Empfehlungen beachten!

Der Anlass findet nur bei schönem Wetter statt.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Versicherung ist Sache der TeilnehmerInnen!

Bitte halten Sie sich an die vorgegebenen Coronavirus-Empfehlungen (Beiblatt oder Pontresina Tourismus Homepage)

Anmeldungen jeweils bis **Mittwochabend um 17.00 Uhr** unter 078 763 41 83, via Mail info@energiewerk-engadin.ch oder per www.energiewerk-engadin.ch (bei schlechter Witterung findet der Anlass nicht statt)