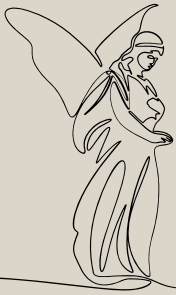


EINE REISE NACH INNEN.  
ZEIT FÜR STILLE,  
REFLEXION & NEUBEGINN



# Die Rauh Nächte.

*Mit Impulsen zur Rauh nacht, Atembewusstsein & Meditation..*



**So, 21. Dezember 25, 19:00 - 20:30 Uhr**

Wintersonnenwende

**Mo, 29. Dezember 25, 18:30 - 20.00 Uhr**

Meditativer Ausklang 2025

**So, 4. Januar 2026, 19:00 - 20.30 Uhr**

Meditativ ins Jahr 2026

**Mo, 5. Januar 2026, 18:30 - 20:00 Uhr**

mit Kundalini Yoga energievoll ins Neue Jahr starten

Energieausgleich pro Termin: 15 EUR. (Termine sind einzeln buchbar)



## KONTAKT & ANMELDUNG:

NIRBAN KAUR

0172- 4 555 4 37

NIRBAN.KAUR@YAHOO.DE

