



Mit Christina Leitinger

Heilpraktikerin für Psychotherapie
und spirituelle Entwicklerin

...bei mir
selbst
zuhause
sein

achtsam

Kurse für FRAUEN

Angebot1: AchtsamSEIN mit mir

Angebot2: 8achtsame ABENDE





AchtsamSEIN mit mir

Zeit: Beginn jeweils freitags um 18:30Uhr (bis ca. 21:30 Uhr)
samstags ab 10:00 Uhr ; Ende: 18:00 Uhr

Termine: 06./07.05.2022 und 20./21.05.2022

(die Tage gehören zusammen und bilden 1 Kurs)

Ort: HERZKRAFT, Wallner an der Osterwies, Altötting

Gesamtkurskosten: 180,- €

8achtsame Abende

Zeit: jeweils donnerstags 18:30Uhr bis ca. 21 Uhr

Termine: 22.09.; 06.10.; 20.10.; 27.10.; 10.11.; 24.11.; 08.12.; 22.12.;

Ort: Lichtzentrum La Lumiere, Stauernpoint 7, 84533 Markt

Gesamtkurskosten: 180,- €

Anmeldung per Telefon: 0170 23 56 36 9 oder Mail: info@leitinger-psychotherapie.de
oder info@deepbluesee.de - **Bitte rechtzeitig anmelden!**



Christina Leitingner
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Ritual- und spirituelle Entwicklerin
bei **deepblue&see**



Aufgrund großer Nachfrage bietet **deepblue&see** nun das Konzept der Achtsamkeitskurse für Frauen in zwei verschiedenen Formaten an.

Einmal, wie bereits in den Jahren zuvor als „**8achtsame Abende**“, die aufeinander aufbauen und sich über einen gewissen Zeitraum jeweils donnerstags (18:30 bis ca. 21:00 Uhr) erstrecken.

Andererseits bietet Christina Leitingner nun auch das Format „**AchtsamSEIN mit mir**“ an. Dies präsentiert die Inhalte und Übungen der 8achtsamen Abende verteilt auf 2 Wochenenden (FR 18:30 bis 21:30 Uhr und SA 10:00 -18:00 Uhr).

*An diesen acht Abenden bzw. an den Tagen lade ich Dich ein,
Dich auf den Weg zu Dir selbst zu machen,
Dich zu entdecken, wie Du bist,
Dich zu ehren, wie Du geworden bist
und Dein Sein hier zu feiern,
Dich zu spüren, wie Du verbunden bist mit allem, was ist.*

*Mit Elementen aus der Achtsamkeitsarbeit, Gestalt- und Körpertherapie
und mit kraftvollen Ritualen
entdecken wir uns Schritt für Schritt in der geschlossenen Gruppe.*

*„Ich freue mich auf die gemeinsame Zeit
und die Erfahrung miteinander!“*

Christina Leitingner

Feiere dich selbst

Ich bin
Erwachen in mir
Hier und Jetzt
Soviel erreicht
Dankbar sein
Eingebettet im Kreis
Erwachen in mir
Hier und Jetzt
Feiere dich selbst
Dankbar sein
Eingebettet im Kreis
Ernte und Fülle
Soviel erreicht



Anmeldung:

per Telefon: 0170 23 56 36 9

per Mail: info@leitinger-psychotherapie.de
oder info@deepbluese.de

Bitte rechtzeitig anmelden!