

# *Das Vereinen der Kraft des Jahresanfangs mit der Schönheit der Morgenstunden*



*Online per Zoom*

**5. – 9. Januar 2026 jeweils von 6 – 7 Uhr**

**10. Januar von 7 – 8.30 Uhr**

- Eine Einladung das Jahr gemeinsam während 6 Morgenstunden kraftvoll und sanft aus dem Herzen zu beginnen.
- Die Spur, die wir damit legen, lässt uns mit grosser Klarheit und Warmherzigkeit in unsere Aktivitäten und Beziehungen ausrichten.
- Das Erleben kann uns in der Tiefe berühren und den Blick für die Schönheit des Lebens wecken inmitten der Herausforderungen des Alltags.
- Es kann eine zarte Sehnsucht im Innern wachrufen, welche die Praxis auch nach der gemeinsamen Woche weiterführen lässt.

Die Praxis ist gestaltet mit stillem Sitzen, leichter Bewegung,  
einfacher Atempraxis und abschliessendem stillem Sitzen.

*Anmeldung:* [evelynhunger@bluemail.ch](mailto:evelynhunger@bluemail.ch)

*Kosten:* **105sfr**