



EVA KNOCHE –  
IMPULSGEBERIN,  
COACH, SPEAKERIN

# MUSIK, STILLE UND HERZ-MEDITATION

## Workshops & Mitmachkonzerte

(Keine Vorkenntnisse erforderlich)

Bei der Herz-Meditation geht es um Klänge, Rhythmen und Schwingungen, die unser Herz erreichen. Musik und Meditation wechseln sich ab. Atemübungen für das Herz zentrieren uns und schenken uns Kraft für den Alltag.

Die Termine können unabhängig voneinander oder auch zusammen gebucht werden.

Die Workshops und Mitmachkonzerte finden im Wechsel statt.

Termine 1. Halbjahr 2023:

**MONTAG, 23.1.2023 - 19:00 - 20:30 - WORKSHOP HERZ-MEDITATION**

**MONTAG, 20.2.2023 - 19:00 - 20:30 - MITMACHKONZERT**

**MONTAG, 20.3.2023 - 19:00 - 20:30 - WORKSHOP HERZ-MEDITATION**

**SAMSTAG, 22.4.2023 - 15:00 - 18:00 - TAGES-WORKSHOP**

**MONTAG, 22.5.2023 - 19:00 - 20:30 - WORKSHOP HERZ-MEDITATION**

**MONTAG, 12.6.2023 - 19:00 - 20:30 - MITMACHKONZERT**

**ABEND-TERMINE: 15,- € PRO TERMIN**

**TAGES-WORKSHOP: 35,- €**

**ORT: PRAXISGEMEINSCHAFT SPERBERGASSE  
SPERBERGASSE 4, 31303 BURGDORF**

**ANMELDUNGEN AN EVA KNOCHE:**

**[kontakt@menschen-in-entwicklung.de](mailto:kontakt@menschen-in-entwicklung.de)**

**ODER 0171-7282497**