



## Sonnenaufgangserlebnis – Der Tag erwacht in der Natur



Es ist ein unbeschreiblich schönes Erlebnis, in der Natur den Beginn eines neuen Tages zu erleben, wenn die Dämmerung langsam in den Tag übergeht, die Sonne ihre ersten wärmenden Strahlen aussendet und die Natur zum Leben erwacht.

Beim Sonnenaufgangserlebnis geht es darum, dieses Naturschauspiel intensiv und hautnah wahrzunehmen. Mittels gezielter Übungen aktiviere ich deine Wahrnehmung dafür.

Wir gehen noch vor der Morgendämmerung gemütlich los und sind in ca. 30 Minuten an unserem Zielpunkt angelangt. Dort genießen wir gemeinsam den Sonnenaufgang und mit meiner Unterstützung lade ich dich mit der genialen Kraft der Sonne auf. Gestärkt durch die Sonnenenergie und ein gemeinsames Frühstück, genießen wir auf dem ca. 40-minütigen Rückweg die Natur und starten vital in den Tag!

**Termin:** Freitag, 14.06.2019

**Uhrzeit:** 3.45 Uhr

**Treffpunkt:** großer Stiftsparkplatz in Kremsmünster, von dort fahren wir noch ein kurzes Stück zum Ausgangspunkt der Veranstaltung

**Dauer:** ca. 3 Stunden

**Kosten:** 40. - €, **Barzahlung bei der Veranstaltung!**

**min./max. Teilnehmeranzahl:** bis zu 6 Personen

**Bitte mitbringen:** bequeme, warme Sitzunterlage, warme Kleidung, Zeichenblock DIN A4 oder DIN A5, Buntstifte, Frühstück, Getränk, **Sonnenbrille!!! Ausgefüllte und unterschriebene**

**Einverständniserklärung!**

**Anmeldung:** bis spätestens 3 Tage vor dem Termin

telefonisch von Montag bis Freitag von 9 – 18 Uhr oder per E-Mail

Mobil: 0680 / 218 20 86

E-mail: [burgstmo@gmail.com](mailto:burgstmo@gmail.com)

**Falls die Veranstaltung aufgrund des Wetters nicht stattfindet, gibt es am Vorabend eine Benachrichtigung per E-Mail.**

**Ich freue mich auf einen wunderschönes, gemeinsames Sonnenaufgangserlebnis!**

Monika Burgstaller

Staudenholz 24, 4550 Kremsmünster Tel.: 0680/218 20 86 ☐ Mail: [burgstmo@gmail.com](mailto:burgstmo@gmail.com)

[www.energetik-berge-burgstaller.at](http://www.energetik-berge-burgstaller.at)