



ENERGETIK-BERGE  
Monika Burgstaller

Energetikerin und Seelenlehrerin  
Wander- und Schneeschuhführerin

## Stille-Spaziergang, der die Sinne belebt und die Seele berührt



Der Stille-Spaziergang ist das Angebot der Stille im Außen und Innen zu begegnen. Mutter Natur und ich unterstützen dich dabei, trotz Lärm, Unruhe und Hektik in deinem Leben Raum für die Stille zu schaffen.

Du lenkst anhand gezielter Achtsamkeitsübungen die Wahrnehmung von außen nach innen und erfährst mehr über die vielen Arten der Stille.

Du findest zu deinem inneren Gleichgewicht und die Übungen geben dir die Möglichkeit, jederzeit in die Stille zu gehen und sie zu erleben.

Entspannt und gestärkt durch die Stille im Innen und Außen schöpfst du Kraft für deinen Alltag!

**Termin:** Samstag, 04.04.2020

**Uhrzeit:** 9 Uhr

**Treffpunkt:** Parkplatz am Schachenteich zwischen Sipbachzell und Kremsmünster

**Dauer:** ca. 2 Stunden

**Kosten:** 15.- €, **Barzahlung bei der Veranstaltung!**

**min./max. Teilnehmeranzahl:** 3 / 6 Personen

**Bitte mitbringen:** Getränk, ausreichend warme Kleidung, kleiner Gegenstand aus Naturmaterialien, der stellvertretend für alles steht, das dich daran hindert ganz im Hier und Jetzt zu sein, **ausgefüllte und unterschriebene Einverständniserklärung!** ! (wird bei der Anmeldung per E-Mail zugesandt)

**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 ein gemeinsames Stille-Erlebnis!

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)