

VårRetreat för kropp & själ

vid sjön Lingen 28-30 maj 2010 med Sati Eva Lagnefeldt

En helg för harmoni, avkoppling och påfyllning av själen

I en värld med ständig stimulans från datorer, telefoner, arbete och inte minst vår egen överfyllda hjärna, kan det vara svårt att finna den innersta harmonin och återhämtningen. Här får vi möjlighet att stanna upp några dagar, lägga oss raktlänga i gräset eller sitta nere vid sjön och få tid för påfyllning av ljus och glädje och "bara vara".



Program

Vi samlas på fredag kväll och gör oss hemmastadda. Kan du komma först på lördagen går det också bra. Vi börjar programmet kl 9.00 på lördagen och avslutar ca 16.00 på söndagen. Helgen innehåller bl a guidad meditation, helande i naturen, avslappning, Oneness Blessings (givandet av en läkande och transformerande kraft), musik, samtal om livet, andlighet, relationer, egen utveckling med mera. Allt utifrån en lugn närvaro. Helgen är mobil och datorfri.

För denna vårhelg har vi valt Länergården i Lingbo som ligger naturskönt på Näsudden, vid sjön Lingens strand. Det finns bastu i huset och grillplats vid stranden. Vi har hela gården för oss själva. Avstånd ca 4,5 mil från Söderhamn och 6,5 mil från Gävle.



Handledare

Sati Eva Lagnefeldt, terapeut och grundare av bland annat RealEase Metoden, en holistisk behandlingsform som syftar till att stärka läkningsprocesser och befrämja hälsa och medvetenhet; fysiskt, mentalt, emotionellt och andligt.
Läs mer om Sati på www.sati.nu

Kostnad

Själva retreatet kostar 1 625 sek inkl moms. Övernattning i 3-bäddsrum 290 sek per person totalt för två nätter. Vi ordnar frukost samt lunch och middag (ev grillning vid stranden) till självkostnadspris. Vill du ta med egen mat går det bra.

Vägbeskrivning

För vägbeskrivning se Gula sidorna: Lingbo, Ockelbo.

Anmälan

Senast den 17 april behöver vi ha din anmälan. Ring eller sänd mail till Margaretha Siggstedt: 073-307 08 20, margarethasfotvard@hotmail.com eller till Sati tel: 073-593 07 22, mail@sati.nu

Välkommen!