

Tantrahelg för par

ETT TANTRISKT MÖTE I
KÄRLEK OCH NÄRVARO

Helgkurs 14 - 16 september 2018

En helg bara för dig och din älskade, där ni kan fördjupa och fylla på er kärlek. En tantrahelg med tid för att bara vara i en vacker och trygg miljö. Det är ett tillfälle för dig och din partner att mötas i närvaro och sanning.

Tantra handlar inte bara om sex utan om livet självt. Kan du acceptera den du är och vara närvarande i det liv du lever? Att möta sin älskade i acceptans och närvaro kan vara helande för dig och din relation i vardagen och under kärleksakten.

Genom olika meditationer, mindfulnessövningar, par- och tantraövningar, tillsammans med din partner, når ni mer närvaro och avslappning. Med olika kommunikationsövningar lär ni er att lyssna och berätta med kärleksfull respekt.

Hans och Cenitha är båda lärare, mindfulnessinstruktörer och har många års erfarenhet av relations- och tantrakurser. De har även deltagit i TV-programmet "Par i terapi" med läkaren och psykoterapeuten Poul Perris 2012.



Dag och tid:

Kursstart fredag den 14
September kl. 18.

Kursen slutar söndag den
16 september kl. 15.

Plats:

[Fabricius Resurs](#),
Ulriksfors 435, Strömsund.

Kurspris:

2600 kr / person.

Logi i dubbelrum ingår.

Fredag kväll ingår:
Middag, kvällsfika

Lördag ingår:
Frukost, lunch, middag, fika

Söndag ingår:
Frukost, lunch, fika

Maten är vegetarisk och
ekologisk i mån av tillgång.

Undervisningstider:

Fredag: 19-21.

Lördag:
8.00-9.00 Meditation
10:30-13 & 15-18

Söndag:
8.00-9.00 Meditation
10:30-13 & 14-15

Senaste anmälan:

28 augusti 2018

Anmälan/frågor:

cenitha.kernell@gmail.com

Cenitha 0702 - 701362

www.livfullt.se