



Startklar?!

ENERGIEVOLL, wach, motiviert, aktiv, RUHIG + POSITIV
in den Tag und die Woche starten!

Meditation – Übungen aus der Kinesiologie – in ein Thema
eintauchen, sich auseinandersetzen und austauschen – und eine
kleine Energiearbeit, um geerdet in die Woche zu starten.



Montagsmorgen 0830 – 0930 Uhr

Praxisgemeinschaft Schwalbenweg
Schwalbenweg 57, 8500 Frauenfeld

Teilnehmer

Keine Voraussetzungen

Daten

11., 18. und 25. Januar, 15. und 22. Februar, 1., 8., 15., 22. und
29. März; 26. April; 3., 10. und 31. Mai, 7., 14., 21. und
28. Juni und 5. Juli 2021

Kosten

Fr. 30.– pro Stunde; Einstieg jederzeit möglich

Leitung

Moni Rieder-Schmid, Dipl. Integrative Kinesiologin
Joggi Rieder-Schmid, Dipl. Systemischer Coach

Anmeldung

Jeweils bis Sonntagabend 17 Uhr per sms 079 547 03 86 (Moni)

Lichtblick

Wir nutzen den Moment, um in
Achtsamkeit und mit Meditation,
Aufstellungsarbeit und Übungen aus
der Kinesiologie einen abwechslungs-
reichen und wohltuenden Tag zu
erleben und uns für den Alltag zu
stärken.

Samstag, 8. Mai 2021

von 0900 bis ca. 17 Uhr

Samstag, 6. November 2021

von 0900 bis ca. 17 Uhr

Mehr Informationen auf
monirieder.ch oder joggirieder.ch.