

## Exposé Meditation



Meditationen sind uralte überlieferte Techniken der Bewusstseins- und Selbstfindung. Bei einer tiefen Meditation kommen Sie zu einem Gefühl der Zeitlosigkeit und Ihr Bewusstsein löst sich vom konstanten Gedankenfluss. Meditation bedeutet, sich selbst und das eigene Bewusstsein zu erfahren, es zu leiten und zu einer erweiterten Perspektive zu gelangen. Ich biete hierzu 2 Arten von Seminaren an: Entweder die reine Meditation mit verschiedenen ausgerichteten Fokusse, oder als Kombination mit Chakrenlehre und Chakrenmeditation. Chakren sind Energiezentren in unserem Körper und wichtig für die Regulierung unseres Energieflusses. Sie lernen in diesem Seminar durch verschiedene Meditationsübungen in die Tiefenentspannung zu gelangen. Erwiesene Langzeiteffekte regelmäßiger Meditation sind ein besserer Umgang mit Stress und weniger Ängstlichkeit. Eine Grundvoraussetzung ist jedoch das persönliche Interesse an Bewusstseinsenerweiterung und an der Selbstfindung.

Seminar **1**: Reine Meditation: 5 aufeinanderfolgende Stunden je 1x die Woche

Preis:

Einzelseminar: 190 € inkl. Skript

Gruppe (min./max. 8 P.): pro Pers. 80 € inkl. Skript

Seminar **2**: Chakren Lehre + Meditation: 9 aufeinanderfolgende Stunden je 1x die Woche

Preis:

Einzelseminar: 230 € inkl. Skript

Gruppe (min./max. 8 P.): pro Pers. 110 € inkl. Skript

**Bitte beachten Sie bzgl. der Anmeldung die AGBs im Link Button: Impressum  
Aktuelle Termine und Seminarort entnehmen Sie bitte den Links Seminare + Aktuelles**



**INSTITUT SHIRANA<sup>®</sup>**  
DER MENSCH IM MITTELPUNKT

Anmeldung zum „Meditation“ Seminar 1 oder 2 mit Bianca Shirana Albertz

Familienname: .....Vorname: .....

Straße: .....PLZ/Wohnort: .....

Ich melde mich hiermit verbindlich für das Seminar „Meditation.....“ am .....Beginn .....  
Uhr, unter der Leitung von Bianca Shirana Albertz in .....  
..... an.

Die Teilnahme kostet ohne Unterkunft im  
Einzelseminar: 180 € Gruppenseminar mind./max. 8 Pers.: je 80 € , oder  
Einzelseminar: 230 € Gruppenseminar mind./max. 8 Pers.: je 110 €

Unterkünfte können auf Anfrage bei Anmeldung von mir genannt werden.

Die Seminargebühr in Höhe von ..... überweise ich mit dem Verwendungszweck:  
„Meditations-Einzel- o. Gruppen-Seminar 1 o. 2 – Beginn am..... auf die unten  
genannte Bankverbindung. Der Seminarplatz ist erst mit dem Eingang der Zahlung und  
durch schriftliche Bestätigung unsererseits definitiv. (Bei kurzfristiger Buchung von  
Einzelseminare ist der komplette Betrag bar in der ersten Sitzung zu begleichen.)

Die Stornogebühren betragen vom Tag der Anmeldung bis 8 Tage vor Kursbeginn 50% der  
Anzahlung, danach bis Kursbeginn 100 % der Anzahlung. Es kann jedoch auch ein  
Ersatzteilnehmer benannt werden.

Ich erkläre hiermit, dass ich in eigener Verantwortung an diesem Seminar teilnehme und aus  
eventuellen Folgen keine Ansprüche ableite.

Mir ist bekannt, dass ich bei zu spätem Erscheinen oder vorzeitigem Verlassen des Seminars  
keinen Anspruch auf Rückerstattung der Kosten geltend machen kann.

Ich nehme zur Kenntnis, dass der Seminarleiter weder Arzt, Heilpraktiker noch  
Physiotherapeut ist und das Seminar kein Ersatz für medizinische oder physiotherapeutische  
Behandlung ist.

.....  
(Ort/Datum)                      Unterschrift

(Bitte ergänzt und unterschrieben zurücksenden)

**Institut Shirana**  
Inhaberin / Institutsleiterin: Bianca Shirana Albertz