

Breathwork-cirkel Vrijdag 1 november



Wij nodigen je van harte uit om deel te nemen aan onze Ademcirkel, een krachtig samenzijn waarin je de kracht van verbonden adem kunt ervaren. Verbonden ademwerk heeft het vermogen om je te bevrijden van spanningen, vastzittende emoties en oude conditioneringen. Het helpt je om los te laten wat je niet meer dient en ruimte te maken voor meer rust, helderheid en verbinding met jezelf.

In een veilige en warme setting begeleiden wij jou door je ademreis. Je kunt vol vertrouwen en in jouw eigen tempo deze reis beleven. We gebruiken een combinatie van meditatie, verschillende ademtechnieken, lichaamswerk, beweging en muziek om jou te ondersteunen in dit proces. Daarnaast nemen we ruim de tijd voor integratie en het delen van jouw ervaringen, zodat je met beide voeten op de grond weer huiswaarts kunt keren.

Wat is verbonden ademwerk?

Verbonden ademwerk is een ademtechniek waarbij je zonder pauzes tussen de in- en uitademing ademt. Hierdoor ontstaat er een natuurlijke stroom van energie die je in staat stelt dieper contact te maken met je lichaam en onderbewuste. Dit kan krachtige heling en transformatie teweegbrengen, zowel fysiek als emotioneel en mentaal.

Wij kijken ernaar uit om samen deze bijzondere reis te maken!

Met liefde en adem,
Narayan & Lachenta

Datum: vrijdag 1 november

Tijd: 19.00 - 21.15 / 21.30

Locatie: Praktijk in Roermond, Le Bron de Vexelastraat 85

Begeleiding: Narayan Vogel & Lachenta Leijendeckers

Aanmelden via info@censstudio.nl



Over Narayan

Narayan is Yoga-leraar, soul-coach, ademwerk en intuïtief healer. Daarnaast begeleidt hij ook ceremonies met het plantmedicijn cacao en psylosibine. Leven vanuit het hart is zijn levenspad en filosofie.