



**Silke Riediger**



**Kurse und Veranstaltungen bei  
Yoga und Tanz(t)räume für das 1. HJ. 2023**

***Herzchakra-Meditation***

***16.01.2023***

***Montag***

***19:30 bis 20:45 Uhr***

***17 Euro***

***Die 10 Bewegungen „Ich bin ich“/ Klangreise***

***23.01.2023***

***Montag***

***19:30 bis 20:45 Uhr***

***17 Euro***

***Entspannung/ Achtsamkeit/ Klang***

***06.02. bis 13.03.2023 6 Termine montags***

***19:30 bis 20:45 Uhr***

***100 Euro***

***Kiefergelenk & Co***

***01.02. bis 08.03.2023 6 Termine mittwochs***

***17:00 bis 18:15 Uhr***

***100 Euro***

***Kiefergelenk & Co***

***02.02. bis 09.03.2023 6 Termine donnerstags***

***10:00 bis 11:15 Uhr***

***100 Euro***

***Kleine Auszeit***

***18.03.2023***

***Samstag***

***16:30 bis 19:30 Uhr***

***30 Euro***

***Die 10 Bewegungen „Ich bin ich“/ Klangreise***

***20.03.2023***

***Montag***

***19:30 bis 20:45 Uhr***

***17 Euro***

***Kundalini-Meditation***

***17.04.2023***

***Montag***

***19:30 bis 20:45 Uhr***

***17 Euro***

***Entspannung/ Achtsamkeit/ Klang***

***08.05. bis 19.06.2023 6 Termine montags***

***19:30 bis 20:45 Uhr***

***100 Euro***

---

Silke Riediger



Begleitende Kinesiologin

38350 Helmstedt

Klangtherapeutin

Telefon 05351 399 62 62

Energetische Heilberaterin

[www.riediger-helmstedt.de](http://www.riediger-helmstedt.de)

Achtsamkeitstrainerin