



# Deep Rest Praxis Abende

**2025**

Online über Zoom  
1 x im Monat  
1 Stunde

mit Christine Minixhofer, MSc  
Zertifizierte Deep Rest Meditation Lehrerin

# DEEP REST PRAXIS ABENDE

---

Tauche ein in eine Oase der Ruhe und Verbundenheit.

Unsere Deep Rest Praxis Abende bieten dir die Möglichkeit, in Gemeinschaft geführte Meditationen zu erleben, die dich sanft ins Loslassen führen.

Hier kannst du deine Praxis vertiefen, Motivation zum Dranbleiben finden und dich im geschützten Raum über deine Erfahrungen austauschen.

Schenke dir Zeit für dich selbst – für Sanftheit, anstrengungslose Achtsamkeit und tiefe innere Ruhe.

Die Meditationen der Praxisabende bekommst du nach der Teilnahme als Audio-Datei zum Download.

Ich freu mich den Weg mit dir gemeinsam ein Stück weiterzugehen!

## WANN UND WO

---

Zeit: 19:00 – max. 20:00 Uhr, Online über Zoom

- Mittwoch 22.1.2025
- Dienstag 11.2.2025
- Donnerstag 6.3.2025
- Dienstag 22.4. 2025
- Montag 19.5.2025
- Mittwoch 18.6.2025

## KOSTEN UND ANMELDUNG

---

Gerne kannst du an den Deep Rest Praxis Abenden flexibel teilnehmen – als Einzelstunde oder im vergünstigten 6er-Block, ganz wie es für dich passt.

### 6 ER BLOCK

Kosten: € 60,- (inkl. 20% Mwst.)

### EINZELSTUNDE

Kosten: € 12,- (inkl. 20 % Mwst.)

Stornobedingungen findest du auf [www.dialogus.at](http://www.dialogus.at)

Voraussetzung für die Teilnahme ist, dass du bereits Vorerfahrung mit Deep Rest mitbringst.

Wenn du unverbindlich in den Verteiler für die Praxisabende aufgenommen werden möchtest oder dich für einzelne Abende oder alle 6 Abende anmelden möchtest, schreib einfach ein Email an [christine.minixhofer@dialogus.at](mailto:christine.minixhofer@dialogus.at)

♡ Ich freu mich auf dich, von Herzen, Christine ♡