

Body Mind Healing System - Sommerprogramm Selbstheilungsübungen - Qi Gong, Yoga, Massage..

Weg der Selbsterkenntnis, Selbsterfahrung, Selbstliebe, Selbstheilung
Körperorientierte Energiearbeit in Verbindung mit der geistigen Welt

Wann: JEDEN DIENSTAGABEND VOM 04.08.2026 bis 08.09.2026

Was: Meditationen, Workshops, Mitmachvorträge uvm...

Uhrzeit: 19.00 bis ca. 21.30 Uhr

Kosten: Euro 25,00 pro Abend

Wo: Praxis-Übungsräume Udo Bayer

**Voranmeldung erbeten. Jeder Abend ist in sich abgeschlossen und
einzeln buchbar. Es wird praktisch und theoretisch gelehrt.**

BMHS – „Ein Abend des bewussten Atmens“

Wann: 04.08.2026

Atmung die Basis unseres Lebens – Lebenselixier. Wie atme ich überhaupt?
Lerne unterschiedliche Möglichkeiten von Atemtechniken kennen um in die Ruhe,
Gelassenheit und Entspannung zukommen. *Rebirthing.*

BMHS – „Lerne die 12 Haupt Chakren kennen“

Wann: 11.08.2026

Funktionsweise und deren Lage, Verbindungen, Verknüpfungen zu Organen,
Drüsen, Gefühlen, Emotionen usw. *Geführte Chakren Meditation am Ende.*

BMHS – „Traditionelle chinesische Medizin“

Wann: 18.08.2026

Qi, Yin-Yang, 5 Wandlungsphasen, Speicher-und Hohlorgane und die Gesamtheit
als System – wie funktioniert das. Erkenne dich in diesen Energien wieder.

BMHS – „Buddhistische Meditation“

Wann: 25.08.2026

Ziel ist im Buddhismus die Erleuchtung zu finden. Ein Teil dorthin ist die
Meditation um in die Mitte und Harmonie zu kommen.

BMHS – Heilende Hände – sanfte Akupressur

Wann: 01.09.2026

Heilende Hände als Möglichkeit für sich und seine Bekannten, Partner sanfte
Entspannung herbeizuführen. Den Energiefluss zu aktivieren um in die Ruhe und
Gelassenheit zu kommen.

BMHS – „HEILMEDITATION – Kristallenergie“

Wann: 08.09.2026

An diesem Abend findet eine geführte Heilmeditation statt. Atlantisenergien auf der
Basis des goldenen Dreiecks werden uns begleiten. (Trinität)



**Udo Bayer (neben HP-Räumen) – Übungs-Schulungsräume
Heilzentrum und Schule des Lebens und Friedens
Herzog-Georg-Straße 3, 1.Stock, 89264 Weißenhorn
Tel. 07309/9147289 - Mobil:0157/36580409
info@udo-bayer.de - www.udo-bayer.de**