

En väg till inspiration och balans med Lisbet Gemzell, Röst och Rytme

Vi arbetar med andning och avslappning för att komma till ro och hittar vår inre balans med hjälp av Röst-qi gong.

Vid varje kurstillfälle inspireras vi av och reflekterar över filosofen och mystikern Paul Bruntons texter om livsfrågor och personlig utveckling.



- **Tider:** Vi träffas vid sju tillfällen med start den 21 januari 2019, kl 18-20.30.
- **Plats:** Studie-förbundet Vuxenskolan, Östra kyrkogatan 3.
- **Kurslitteratur:** Att finna själen, Paul Brunton.
- **Kostnad:** (förutom kurslitteraturen): 450 kr (hela summan går till Paul Brunton-stiftelsen).

Anmälan görs på www.sv.se/vastmanland eller till Studieförbundet Vuxenskolas kundcenter på tel 021-128085.