

2021

Nöle Giulini in Europa

Seminare · Ausbildungen

Workshops · Level 1 und

2 Ausbildung

The Practice Of Welcoming

iRest® Yoga Nidra mit Nöle Giulini





The Practice of Welcoming basiert auf dem von Richard Miller, PhD, in den USA entwickelten iRest® Yoga Nidra. www.irest.us

iRest® Yoga Nidra ist eine fundierte, auf weitreichenden Forschungsergebnissen beruhende Meditationspraxis. Yoga Nidra wirkt selbstregulierend und hilft uns, das Nervensystem zu beruhigen, unsere Resilienz zu stärken und schwierige Emotionen und Gedanken zu integrieren.

Es hat sich unter anderem in der Behandlung von Stress, Burn-Out, chronischen Schmerzen, Angstzuständen, Schlaflosigkeit, Depression, PTBS und Suchtverhalten bewährt.

Diese Methode eignet sich hervorragend als persönliche Praxis und kann auch wirksam therapiebegleitend im Gesundheitswesen eingesetzt werden.

Wir widmen uns der Vertiefung der iRest® Yoga Nidra Meditation und üben, uns von den Identifikationen mit unseren Wahrnehmungen zu lösen. Willkommen heißen bedeutet, alles was aufkommt, mit offenem Herzen zu begrüßen, ohne es irgendwie zu verändern, zu verbessern oder verstehen zu wollen. Diese Übungspraxis verbindet die Lehren der Nicht-Dualität mit Elementen der Achtsamkeitspraxis und den aktuellen Erkenntnissen der Neurowissenschaft.



Was möchte Dein Leben von Dir?



The Practice of Welcoming basiert auf dem von Richard Miller, PhD, in den USA entwickelten iRest® Yoga Nidra. www.irest.us

iRest® Yoga Nidra ist eine fundierte, auf weitreichenden Forschungsergebnissen beruhende Meditationspraxis. Yoga Nidra wirkt selbstregulierend und hilft uns, das Nervensystem zu beruhigen, unsere Resilienz zu stärken und schwierige Emotionen und Gedanken zu integrieren.

Es hat sich unter anderem in der Behandlung von Stress, Burn-Out, chronischen Schmerzen, Angstzuständen, Schlaflosigkeit, Depression, PTBS und Suchtverhalten bewährt.

Diese Methode eignet sich hervorragend als persönliche Praxis und kann auch wirksam therapiebegleitend im Gesundheitswesen eingesetzt werden.

Wir widmen uns der Vertiefung der iRest® Yoga Nidra Meditation und üben, uns von den Identifikationen mit unseren Wahrnehmungen zu lösen. Willkommen heißen bedeutet, alles was aufkommt, mit offenem Herzen zu begrüßen, ohne es irgendwie zu verändern, zu verbessern oder verstehen zu wollen. Diese Übungspraxis verbindet die Lehren der Nicht-Dualität mit Elementen der Achtsamkeitspraxis und den aktuellen Erkenntnissen der Neurowissenschaft.



Die Praxis richtet sich an alle, die sich in den transparenten Aspekt des Seins vertiefen möchten.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

"I came here wanting to change something about myself and it didn't change."

"Seeing that it didn't have to change, something changed."

www.tenderpawsyoga.com
www.irest.us
www.thepracticeofwelcoming.de





Was möchte Dein Leben
von Dir?

Termine 2021 – Nôle Giulini in Europa
Seminare · Ausbildungen / Workshops · Level 1 und 2 Trainings

08.-12. September 2021 Retreat: The Practice of Welcoming – iRest®Yoga Nidra
Meditation: VENABU Fjellhotell, Venabygd, Norwegen (Seminarsprache: Englisch)
Anmeldung: www.osloyoga.no

22.-26. September 2021 Retreat: The Practice of Welcoming – iRest®Yoga Nidra
Intensiv: Benediktushof, Holzkirchen
www.benediktushof-holzkirchen.de

05.-10. Oktober 2021 iRest® Yoga Nidra Level 1 Ausbildung:
MaRaH Seminarhaus, Rahden
www.kinder-yoga.com

22.-24. Oktober 2021 Einführungskurs: The Practice of Welcoming – iRest®Yoga Nidra Meditation: Polarity Bildungszentrum, Zürich, Schweiz
www.polarity.se/de/veranstaltung

02.-07. November 2021 Einführungskurs: The Practice of Welcoming – iRest®Yoga Nidra Meditation: ZIST Institut, Penzberg
www.zist.de/de/programm

20.-25. November 2021 iRest® Yoga Nidra Level 2 Ausbildung:
Seminarhaus Hollerbühl, Hochschwarzwald
www.kinder-yoga.com

Infos und Anmeldung:
Inga de Martin,
mobil: 0178-7348547
inga@kinder-yoga.com

2021
Nôle Giulini in Europa
Seminare · Ausbildungen
Workshops · Level 1 und
2 Ausbildung

**Weitere Infos oder
Buchung von Einzel-
sessions mit Nôle Giulini:**
nolegiulini@gmail.com

The Practice Of Welcoming

iRest® Yoga Nidra mit Nôle Giulini

A close-up photograph of a small, young green plant with three leaves growing out of a patch of dark, moist soil. The background is blurred green foliage.

Termine 2021 – Nôle Giulini in Europa

Seminare · Ausbildungen / Workshops · Level 1 und 2 Trainings

08.-12. September 2021 Retreat: The Practice of Welcoming – iRest®Yoga Nidra
Meditation: VENABU Fjellhotell, Venabygd, Norwegen (Seminarsprache: Englisch)
Anmeldung: www.osloyoga.no

22.-26. September 2021 Retreat: The Practice of Welcoming – iRest®Yoga Nidra
Intensiv: Benediktushof, Holzkirchen
www.benediktushof-holzkirchen.de

05.-10. Oktober 2021 iRest® Yoga Nidra Level 1 Ausbildung:
MaRaH Seminarhaus, Rahden
www.kinder-yoga.com

22.-24. Oktober 2021 Einführungskurs: The Practice of Welcoming – iRest®Yoga
Nidra Meditation: Polarity Bildungszentrum, Zürich, Schweiz
www.polarity.se/de/veranstaltung

02.-07. November 2021 Einführungskurs: The Practice of Welcoming – iRest®Yoga
Nidra Meditation: ZIST Institut, Penzberg
www.zist.de/de/programm

20.-25. November 2021 iRest® Yoga Nidra Level 2 Ausbildung:
Seminarhaus Hollerbühl, Hochschwarzwald
www.kinder-yoga.com

Infos und Anmeldung:

Inga de Martin,
mobil: 0178-7348547
inga@kinder-yoga.com

Weitere Infos oder
Buchung von Einzel-
sessions mit Nôle Giulini:
nolegiulini@gmail.com