

23 - 28. feb. 2014

FRIDSAELD

í febrúar

HUGLEIÐSLA FYRIR ALLA

REYKJAVÍK

OPNUN

AKUREYRI

23. feb.

HÓPHUGLEIÐSLA Í
RÁÐHÚSI REYKJAVÍKUR
Kl. 11:00

HÓPHUGLEIÐSLA Í HOFI
Kl. 11:00

VIÐBURÐIR Í RVK

24. feb.

GONGSLÖKUN - 12:00
HUGLEIÐSLA Í HÁDEGINU - 12:00
YOGA OG NÚVITUND - 16:30
KUNDALINI, HUGLEIÐSLA OG SLÖKUN - 17:45
KYRJUN: SGI BÚDDISTAR - 19:00
SAHAJA YOGA, HUGLEIÐSLA - 20:00
HEILUNARHUGLEIÐSLA - 20:15
FLOAT Í SELTJARNARNESLAUG - 20:15

RAJA YOGA HUGLEIÐSLA - 19:30
NÚTÍMA HUGLEIÐSLA - 19:30
BÚDDÍSK HUGLEIÐSLA - 20:00
YOGA NIDRA HUGLEIÐSLA - 20:00

27. feb.

HUGLEIÐSLA Í HÁDEGINU - 12:00
YOGA OG NÚVITUND - 12:00
KUNDALINI JÓGA, HUGLEIÐSLA OG SLÖKUN - 12:00
HUGLEIÐSLUHEILUN - 19:15
HUGARRÓ Í KAILASH - 20:00

25. feb.

HUGLEIÐSLA Í HÁDEGINU - 12:00
KUNDALINI, HUGLEIÐSLA OG SLÖKUN - 12:00
YOGA OG NÚVITUND - 12:00
NÚVITUND FYRIR BÖRN OG UNGLINGA - 16:30
RAJA YOGA HUGLEIÐSLA - 16:30
ZEN HUGLEIÐSLA - 19:15
FYRIRLESTUR UM HEIMSPEKI BÚDDISMANS - 20:00
HUGLEIÐSLA SRI CHINMOY - 20:00
KUNDALINI HUGLEIÐSLA - 20:00
NÚVITUND: INNSÆISHUGLEIÐSLA - 20:00
YOGA NIDRA HUGLEIÐSLA - 20:00

28. feb.

BÚDDÍSK HUGLEIÐSLA 8:00
KUNDALINI HUGLEIÐSLA - 12:00
HUGLEIÐSLA Í HÁDEGINU - 12:10
HEILLANDI HUGLEIÐSLUSTUND - 12:10
HUGLEIÐSLA MEÐ TOLLA - 16:30
MINNKAÐU STREITU MEÐ VAKANDI HUGA - 17:00
YOGA NIDRA, LJÓSHÉIMUM - 17:30
YOGA NIDRA DJÚPSLÖKUNARHUGLEIÐSLA - 17:30
KUNDALINI HUGLEIÐSLA OG SLÖKUN - 17:45
FLOAT Í SELTJARNARNESLAUG - 18:45

26. feb.

HUGLEIÐSLA Í HÁDEGINU - 12:00
HUGARFRELSI FYRIR BÖRN OG FULLORÐNA - 12:00
YOGA OG NÚVITUND - 16.30
KUNDALINI JÓGA, HUGLEIÐSLA OG SLÖKUN - 17:45
HEILUNARHUGLEIÐSLA OG GONGSLÖKUN - 18:45

SJÁ NÁNAR
www.ibodinatturunnar.is

Tímarit um sjálfbærni, heilbrigði og vellíðan

Í bœði náttúrunnar