



Zentrum P.U.U.N.
Project Universal Union Network

Bürozeiten
Montag 14:00 – 17:00, Dienstag 9:00 – 13:00, Donnerstag 14:00 – 17:00, Freitag 14:00 – 16:00
Telefon (01) 212 04 88

März 2026

Yoga

| | | |
|---------|---|------------------------------|
| Montag | 2.3., 9.3. und 23.3. mit Ingelore | 9.00 Ankommen 9.15 - 10.30 |
| Freitag | 6.3. und 13.3. mit Mara, 27.3. mit Seda | 9.45 Ankommen 10.00 - 11.15 |
| Sonntag | 1.3. mit Julia | 10.15 Ankommen 10.30 – 12.00 |
| Sonntag | 15.3. mit Ingelore | 15.45 Ankommen 16.00 - 17.30 |

Weitere Veranstaltungen

| | | | |
|----|----|--|---|
| Mo | 2 | o Multidimensionale Meditation mit Barbara o Heilsamer Ägyptischer Tanz mit Doris | 10.45 Ankommen 11.00 – 12.15 19.15 – 20.30 |
| Di | 3 | Spieleabend | Ab 18.00 |
| Do | 5 | Trance-Café mit Bildern von Schamaninnen, Heilerinnen und Priesterinnen und ihre Geschichte mit Hermine | 18.30 – 20.30 |
| Fr | 6 | o 21 Ebenen Meditation mit Barbara o Kernprogramm-Aktivierung - live & online - mit Ulrike | 11.30 Ankommen 11.45 – 13.00 19.00 – 21.00 |
| Sa | 7 | Kraft der Weiblichkeit - Rituelle Körperhaltungen zu Herzkraft mit Hermine | 9.45 – 14.00 |
| Mo | 9 | Multidimensionale Meditation mit Barbara | 10.45 Ankommen 11.00 – 12.15 |
| Di | 10 | TRE – Stress und Traumalösung durch neurogenes Zittern mit Ulrike | 19.00 – 20.15 |
| Do | 12 | Gemeinsames Mantra Singen mit Anette | 18.00 – 19.30 |
| Fr | 13 | Multidimensionale Meditation mit Barbara | 11.30 Ankommen 11.45 – 13.00 |
| Sa | 14 | Handauflegen Alohim Methode mit Barbara | 11.00 – 15.00 |
| Mo | 16 | Multidimensionale Abendmeditation mit Barbara | 18.45 Ankommen 19.00 – 20.15 |
| Fr | 20 | Solokonzert: Frühlingserwachen mit Harfenistin und Komponistin Monika Stadler | 18.45 Ankommen 19.00 Beginn |
| Sa | 21 | Handauflegen Alohim Methode - Selbstbehandlung Aktualisierung - nur online – mit Ulrike | 18:00 - 20:00 |
| Mo | 23 | o Multidimensionale Meditation mit Barbara o Geistig-spirituelle Haltungen und Pulverspüren mit Barbara | 10.45 Ankommen 11.00 – 12.15 19.00 – 22.00 |
| Di | 24 | 21 Ebenen Meditation – live & online – mit Ulrike | 19:00 - 20.15 |
| Do | 26 | Gemeinsames Klingen mit Instrumenten mit Anette | 18.00 – 19.30 |
| Fr | 27 | Multidimensionale Meditation mit Barbara | 11.30 Ankommen 11.45 – 13.00 |
| So | 29 | o Entspannungs- und Selbstregulationsübungen für den Vagus-Nerv mit Ulrike o Theorieseminar: Aus „Finde deine sexuelle Kraft“ von Ilan Stephani mit Barbara | 11:00 – 12:30 15.00 – 17.30 |

Anmeldung erbeten:
Email zentrumpuun@aon.at Telefon (01) 212 04 88
Zentrum P.U.U.N., Komödiengasse 1, 1020 Wien,
www.aac-spiritual.com