



**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 12:30 – 14:00,  
Telefon (01) 212 04 88

**Dezember 2024**

**Yoga**

Montag	2. und 9. mit Joanna, 16. mit Seda, 23. mit Ingelore	9.00 Ankommen 9.15 - 10.30
Mittwoch	4., 11. und 18. mit Ingelore	19.15 Ankommen 19.30 – 21.00
Freitag	6., 13., und 20. mit Seda	9.00 Ankommen 9.15 - 10.30
Sonntag	1. mit Julia	10.15 Ankommen 10.30 – 12.00

**Weitere Veranstaltungen**

Mo	2	<b>Multidimensionale Meditation mit Barbara</b>	<b>10.45 Ankommen 11.00 – 12.15</b>
Fr	6	<b>o 21 Ebenen Meditation mit Barbara</b> o Online über Zoom & live Kernprogramm-Aktivierung mit Ulrike	<b>10.45 Ankommen 11.00 – 12.15</b> 19.00 – 21.00
Mo	9	<b>Multidimensionale Meditation mit Barbara</b>	<b>10.45 Ankommen 11.00 – 12.15</b>
Do	12	Gemeinsames Mantrasingen mit Anette	17.30 – 18.45
Fr	13	<b>Multidimensionale Meditation mit Barbara</b>	<b>10.45 Ankommen 11.00 – 12.15</b>
Sa	14	Heilsame Gefühle mit den 21 Ebenen mit Ulrike	17.00 – 20.00
So	15	Heilung des inneren Kindes mit Barbara	11.00 – 15.00
Mo	16	<b>Multidimensionale Abendmeditation mit Barbara</b>	<b>18.45 Ankommen 19.00 – 20.15</b>
Di	17	Online über Zoom & live Ganzheitliches TRE – Stress und Spannung lösen durch neurogenes Zittern mit Ulrike	19.00 – 20.15
Fr	20	<b>Multidimensionale Meditation mit Barbara</b>	<b>10.45 Ankommen 11.00 – 12.15</b>
So	22	Licht-Meditation mit Ulrike	19.00 – 20.15
Mo	23	<b>o Multidimensionale Meditation mit Barbara</b> o Heilsamer Ägyptischer Tanz mit Doris	<b>10.45 Ankommen 11.00 – 12.15</b> 19.15 – 20.30
So	29	Jahresrückblick – Ausblick – Meditation mit kl. Umtrunk danach mit Ulrike	19.00 – 21.30

Anmeldung erbeten:

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