

Meditations-Nachmittag

im Aikido-Dojo

Sickingenstraße 10, Kassel, 3. Etage

bitte klingeln

Am Samstag, den 27. April 2019 wollen wir uns wieder treffen.

Von 15.00 bis 18.00 Uhr

Ablauf:

Zwei mal 25 Minuten sitzen mit Gehmeditation dazwischen.

Teepause

Bewegungsübungen

Zwei mal 25 Minuten sitzen mit Gehmeditation dazwischen.

Voraussetzung: Meditationserfahrung (keine Anleitung vorgesehen)

Wir freuen uns auf euer Kommen.

Unsere erste Meditationssitzung am 02. März war sehr gut besucht und alle Teilnehmer haben sich positiv geäußert. Wir wollen uns deshalb weiterhin treffen.

Folgende Termine sind bis Dezember 2019 geplant:

01. Juni, 20. Juli, 17. August, 19. Oktober, 14. Dezember.

Bitte meldet euch nach Möglichkeit an.

Entweder E-mail an: mendelwendel@gmx.de oder
als whatsapp unter: 01777426940

Herzliche Grüße

Birgit Mendel
Udo Wendel
Regula Pfeiffer