

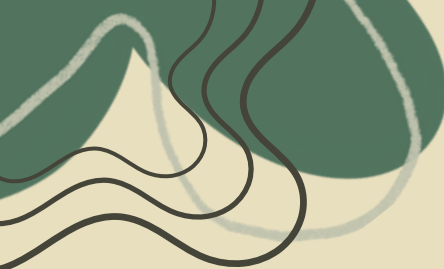
MEDITATIONSABENDE HOHENECK

... verschiedene Meditationsarten zum Kennenlernen und Vertiefen, für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

- Antje Kuwert und Katrin Pfeiderer -



Antje Kuwert: www.kundaliniyoga-ak.de / www.antjekuwert.de
Katrin Pfeiderer: www.kundalini-yoga-info.de / www.katrinpfeiderer.com



Die Vielfalt an unterschiedlichen Arten und Techniken von Meditationen ist groß. Dennoch haben alle in der Regel die gleichen Grundziele. Diese sind u.a. die Verbindung mit sich selbst und dem höheren Selbst herzustellen oder zu intensivieren, Selbsterkenntnis zu erlangen, den Geist zu klären, das Unterbewusstsein zu reinigen, innere Ruhe zu erzeugen, um u.a. Klarheit zu erlangen, um bewusster mit sich und dem Leben umgehen zu können.

Bei unseren Meditationsabenden werden wir verschiedene Formen von Meditationen ausprobieren/anbieten/vorstellen. Diese können z.B. in Stille ausgeführt werden, mit Mantren, mit Atemtechniken, im Sitzen, im Liegen oder in Bewegung. Sie sind für alle Interessierten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte geben Sie bei der Buchung an, an welchen Tagen Sie teilnehmen. Diese Kursbuchung ist dann verbindlich.

Ort: **Haus Edith Stein** - Katholische Erwachsenenbildung
Kreis Ludwigsburg e.V.
Parkstr. 34, 71642 Ludwigsburg-Hoheneck

Termine: Freitag, 19.09.2025, von 18:00 bis 19:30
Freitag, 10.10.2025, von 18:00 bis 19:30
Freitag, 24.10.2025, von 18:00 bis 19:30
Freitag, 14.11.2025, von 18:00 bis 19:30
Freitag, 28.11.2025, von 18:00 bis 19:30
Freitag, 12.12.2025, von 18:00 bis 19:30

Kosten: pro Abend 18,- €

Anmeldung: keb-ludwigsburg.de mit Kursnummer 252-0414

Info: Matten, Sitzkissen, Decken und Stühle sind vorhanden.

