

Kursgebühren

Kursgebühr 50,00 Euro

Raumgebühr und Verpflegung 31,00 Euro
Mittagessen und Kaffee/Kuchen

Anzahlung Haus der Begegnung

Wir bestätigen den Eingang Ihrer verbindlichen Anmeldung per E-Mail. Ihre Anzahlung von 20,00 Euro erwarten wir innerhalb von 10 Tagen auf folgendem Bankkonto:
Haus der Begegnung Kloster Strahlfeld
Sparkasse Roding
IBAN DE80 7425 1020 0052 1492 00
Bitte vergessen Sie nicht, die Kursnummer anzugeben. Bei Rücktritt oder Umbuchung wird die Anzahlungsgebühr einbehalten.

Kursgebühr Frau Uschwa

Die Kursgebühr von 50,00 Euro leisten Sie vor Kursbeginn in bar an die Kursleitung.

Anreise

Mit dem PKW

Von Nürnberg A6, von Weiden A93:

Ausfahrt Schwandorf auf die B85 Richtung Cham, Abfahrt Neubäu, in Neubäu links abbiegen in Richtung Strahlfeld oder auf Höhe Roding Abfahrt Mitterdorf und dann links Richtung Stamsried/Strahlfeld.

Von München A93 (Regensburg/Weiden):

In Regensburg nach dem Pfaffensteiner Tunnel in Richtung Cham B16 abbiegen. Auf Höhe Roding, Abfahrt Mitterdorf und dann links Richtung Stamsried/Strahlfeld.

Parkplatz: Hofmarkstraße 14a – 93426 Roding.

Mit der Bahn

von Nürnberg Richtung Furth im Wald bis Bahnhof Roding.

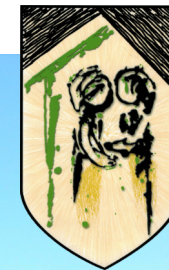
Von Süden

über Schwandorf Richtung Furth im Wald bis Bahnhof Roding.



Meditation und Achtsamkeit „Ein Weg der Liebe“

26.10.2024 UMA 39



HAUS DER BEGEGNUNG

Kloster Strahlfeld



Einladung

„Von der Tiefe bis hoch zu den Sternen
durchflutet Liebe das All“,
sagt Hildegard von Bingen.

Meditation und Achtsamkeit bedeutet Wachsein
für das Leben, jetzt.

Das fällt im Alltag oft schwer
– es muss deshalb geübt werden.

*„Es sind die Begegnungen
mit Menschen, die das Leben
lebenswert machen“*

Guy de Maupassant

Programminhalte

Der Meditationstag ist eine
Übungs- und Auszeit.

Er hilft zu sich selbst zu kommen und
sich auf das Wesentliche zu besinnen.

Wir üben das Sitzen in Stille.

Unterstützen wird uns dabei
die Atem- und Körperarbeit.

Bitte bringen Sie eine Decke und bequeme
Kleidung mit.



Kursleitung

Marie Anna Uschwa
Lehrerin für Meditation und
sensory awareness,
Atemtherapeutin, Stimpfpädagogin



Telefon: 0176 73214090
E-Mail: m.a.uschwa@t-online.de

Termin

Samstag, 26.10.2024
10.00 Uhr bis 17:00 Uhr

Adresse und Kontakt

Haus der Begegnung
Kloster St. Dominikus, Strahlfeld
Hofmarkstraße 14 a
93426 Roding-Strahlfeld
Telefon 09461 / 91 12-0
hdb@kloster-strahlfeld.de
www.hdb-kloster-strahlfeld.de