

PROGRAMM ONLINE NOVEMBER/DEZEMBER 2024

1x im Montag treffen wir uns zur Morgenmeditation um 7.30 Uhr (bis 8.00 Uhr). Wir sind - nach einer kleinen Hinführung - 20 Minuten in der Stille

1x im Montag kannst Du abends um 07.00 Uhr bzw. um 20.00 Uhr 30 Minuten tanzen - nach 5 Rhythmen (19.11. und 17.12.).

Am 31. Oktober widme ich mich in einem Vortrag und einer Meditation **Halloween**. Ursprung dieser „Grusel-Party“ ist das keltische Vollmondfest Samhain. Die Kelten glaubten, dass sich in dieser Vollmondnacht das Tor zur Anderswelt - die Grenze zwischen den Lebenden und den Toten - öffnet.

Am 28. November widme ich mich in einem Vortrag und einer Meditation der **Adventszeit**. Advent („Ankunft“) war ursprünglich eine Fastenzeit, die der Einkehr, spirituellen Vorbereitung, geistigen Erneuerung und Reinigung diente. Erst später wandelte sich diese Zeit zu dem, wie wir es heute kennen.

Am 15. Dezember gibt es aus der Reihe „**Märchen und Urspiritualität**“ ein Deutung des Märchens „**Rotkäppchen**“. Ich lese das Märchen vor und anschließend können wir uns über die tiefere, spirituelle Bedeutung des Märchens austauschen. Gerne übersende ich Dir die **gesonderte Ausschreibung**.

Am 21. Dezember verbinden wir uns **zur Wintersonnenwende** nach einem kurzen Intro in einer Meditation mit der besonderen Energie dieses Tages und der Kraft der Sonne.

Anmeldungen per Mail oder per Telefon.

Kurs	Datum - Uhrzeit	Preise
Vortrag und Meditation: Halloween	Donnerstag, 31.10.2024 (19.00 - 20.00 Uhr)	18 € 15 € (mit 10er-Karte) 10 € (nur Aufnahme)
Morgenmeditation (20 Minuten in der Stille mit kurzer Hinführung)	Montag, 04.11.2024 (07.30 - 08.00 Uhr)	6 € (ab 4 Personen) 7 € (bei 3 Personen) 10 € (bei 2 Personen)
Tanze Deine Seele – nach 5 Rhythmen	Dienstag, 19.11.2024 (07.00 - 07.30 Uhr)	6 € (ab 4 Personen) 7 € (bei 3 Personen) 10 € (bei 2 Personen)
Vortrag und Meditation: Adventszeit	Sonntag, 28.11.2024 (19.00 - 20.00 Uhr)	18 € 15 € (mit 10er-Karte) 10 € (nur Aufnahme)
Morgenmeditation (20 Minuten in der Stille mit kurzer Hinführung)	Montag, 09.12.2024 (07.30 - 08.00 Uhr)	6 € (ab 4 Personen) 7 € (bei 3 Personen) 10 € (bei 2 Personen)
Märchenabend: Rotkäppchen	Sonntag, 15.12.2024 (19.00 – 20.00 Uhr)	18 € 15 € (mit 10er-Karte) 10 € (nur Aufnahme)
Tanze Deine Seele – nach 5 Rhythmen	Dienstag, 17.12.2024 (20.00 - 20.30 Uhr)	6 € (ab 4 Personen) 7 € (bei 3 Personen) 10 € (bei 2 Personen)
Meditation zur Wintersonnenwende	Sonntag, 21.12.2024 (20.00 - 20.30 Uhr)	12 € 10 € (mit 10er-Karte) 8 € (nur Aufnahme)