



ENTSPANNUNGS WOCHENENDE

Qigong & Zen-Meditation

27.02.-01.03.2026

Eggenfelden, ehem. Franziskanerkloster/Franziskanerplatz 1

Ein Wochenende der Stille und Bewegung

- Qigong
- Zen-Meditation
- Achtsamkeit
- Gesundes, vegetarisches Essen

Qigong ist ein Weg, der – unabhängig von der Weltanschauung – dabei helfen kann, Körper, Geist und Seele in einen Zustand der Ruhe, Entspannung und Harmonie zu bringen.

Beginn: Freitag, 27.02./ab 17:00 Uhr

Ende: Sonntag, 01.03./nach dem Mittagessen

Leitung: Samuel Ulrich Heimler (Theologe)

Kosten: 250 € (inkl. Übernachtung und Verpflegung)

Info: Bitte bequeme und nicht zu bunte, eher verhaltene Kleidung, warme Socken, Hausschuhe und einen Wecker mitbringen.

Anmeldung:

a.s.a.m. Klosterverein e.V.

Franziskanerplatz 1

84307 Eggenfelden

Tel. 08721/1250360

info@asam-eggenfelden.de

