



ENTSPANNUNGS WOCHE NENDE

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

