

THE 21 STAGES OF MEDITATION



ZUM KENNENLERNEN

Pfingstmontag, 21. Mai und Montag, 2. Juli

jeweils 18 – 21 Uhr



Programm

Infos zum Konzept der **21 Stufen der Meditation**

Kriya zur Vorbereitung auf die Meditation

Eine Meditation von den 21 (31 Minuten)

Pause in Stille

Eine weitere Meditation von den 21 (31 Minuten)

Sanfter Austausch dazu und Abschluss

Leitung

Simran Kaur · 040 - 4604756 · simran@simran.de

Beitrag: € 15 · ohne Anmeldung · Willkommen!

Yogazentrum Hoheluft · Breitenfelder Str. 8 · 20251 Hamburg

