

Beten mit Körper, Geist und Seele

Sommerkurs

Dienstags von 18:30 bis 20:30 Uhr

in der kath. Kirche Münstermaifeld

am 30.6.26 und/oder am 7.7.26

Wir nehmen uns Zeit, um in ruhiger Atmosphäre und in Bewegung aufmerksam zu werden auf uns selbst und unsere Verbindung mit Gott und den Menschen.

Dabei helfen uns das angeleitete Sitzen in der Stille und die Körper- und Atemwahrnehmung. Die spirituellen Themen jeder Einheit erleben wir ganzheitlich durch Yogaübungen und geistliche und meditative Impulse.



Bild: Pfarrbriefservice.de

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie eine Decke und eine Matte mit.

Die **Kursgebühren** betragen: 20 € pro Person für beide Termine oder 12 € für einen Termin.

Bitte melden Sie sich bei Gemeindereferentin Michaela Kilian (michaela.kilian@bgv-trier.de) oder Tel: 01512 2845455), an. **Anmeldeschluss ist der 19.6.26.**

Auf Ihr Kommen freuen sich Birgit Brechtel (Physiotherapeutin/ Yoga-Lehrerin) und Michaela Kilian.