



SITA

MEDITATION SEMINARE

Schloss Gemmingen

im Kraichgau zwischen Heidelberg und Heilbronn
WageMUT - Meditation und die Entwicklung von Furchtlosigkeit
15.- 17. Dezember 2023

Freitag - 15.12. 2023

18:00 Uhr

Begrüßungsrunde Information über Ort,
Verlauf und Inhalt des Programs anschließend:
Vortrag Zuversicht und Lebensmut

Samstag 21.12. 2023

9:00 bis 12:00 Uhr

Einführung und vertiefende Erklärung der Meditationstechnik
Zeiten für Sitzmeditation

12:15 Uhr

Mittagspause
Zeit für Spaziergänge, Entspannung

16:00 bis 18:00 Uhr

Meditation

18:30 Uhr bis 19:30 Uhr

Vortrag, Diskussion

Sonntag 17..12. 2023

9 - bis 12:00 Uhr

Meditation Gesprächsrunde,
Vortrag inkl. Diskussion

Anschließend

Zeit zum Mittagessen, Diskussionsrunde und Abreise

Seminarpreis: 170,- Euro Inkl. Kaffee, Tee, Wasser, Kekse

In einigen Seminaren können wir kein Essen anbieten. In diesen Fällen bitten wir, dass die Teilnehmer ihr Essen selbst mitbringen oder die lokale Gastronomie in der Nähe aufsuchen. Bäckerei und Einkaufsmöglichkeit ist im Dorf vorhanden. Wenn möglich, werden wir leckeres selbstgekokochtes Essen in BIO Qualität (Frühstück, Mittag und Abendessen) zum Selbstkosten-Preis anbieten. Bitte rechtzeitig vor Seminarbeginn anfragen.

Schöne und preiswerte **Übernachtungsmöglichkeit** in der Nähe vorhanden. Bitte im Internet anschauen und separat selber buchen. <https://altes-rathaus-stetten.de>

oder bei AirBnB ([https://www.airbnb.de/s/75050-Gemmingen--Niemcy/homes?](https://www.airbnb.de/s/75050-Gemmingen--Niemcy/homes?tab_id=home_tab&channel=EXPLORE&date_picker_type=calendar&checkin=2023-04-28&checkout=2023-04-30&source=structured_search_input_header&search_type=user_map_move&price_filter_input_type=0&price_filter_num_nights=2&query=Gemmingen%2C%20Deutschland&place_id=ChIJM04t8MKFI0cR1AGgQ2OfHPA&refinement_paths%5B%5D=%)

https://www.airbnb.de/s/75050-Gemmingen--Niemcy/homes?tab_id=home_tab&channel=EXPLORE&date_picker_type=calendar&checkin=2023-04-28&checkout=2023-04-30&source=structured_search_input_header&search_type=user_map_move&price_filter_input_type=0&price_filter_num_nights=2&query=Gemmingen%2C%20Deutschland&place_id=ChIJM04t8MKFI0cR1AGgQ2OfHPA&refinement_paths%5B%5D=%

Bitte melden Sie sich mit Name und Adresse entweder per e-mail (programme@sit-zen.com oder malanda-art@web.de) oder per Brief und gleichzeitiger Überweisung der Kursgebühr an.

Kontoinhaber: SITA Meditation

GLS Bank - IBAN: DE42 4306 0967 1106 7462 00 – BIC: GENODEM1GLS

ANMELDUNG:

Meditationswochenende im Schloss Gemmingen

75050 Gemmingen - 15. Bis 17. Dezember 2023

Vorname

Nachname

Strasse

PLZ

Ort

Email Adresse:

Schloss Gemmingen
% Karl-Ludwig Leiter - Postfach 1
Eppinger Strasse 4

75050 Gemmingen