



## **Meditation für Fortgeschrittene**

**- Wissen auf dem neusten Stand -  
vom 29.06.2018 bis 01.07.2018**

Sie meditieren selbst regelmäßig und leiten andere Menschen in der Meditation an? Nutzen Sie dieses Aufbauseminar mit Andrea Freund, um weitere Meditationstechniken kennenzulernen, Ihre Praxis zu erweitern und somit Ihren Klienten neue Möglichkeiten aufzuzeigen. Wir stellen Ihnen neue Erkenntnisse aus der Wissenschaft zur Meditation und Achtsamkeit vor. Gemeinsam diskutieren und testen Sie aktuelle Trends, Entwicklungen und Erfahrungen aus Ihrem Meditationsalltag. Dieses Seminar wendet sich an alle Kursleiter/innen Meditation, die Ihr Wissen auffrischen und vertiefen möchten. Wir bringen Sie auf den neusten Stand

### **Inhalte**

- Neues aus Wissenschaft und Forschung
- Anleitung neuer Meditationsformen - dynamisch und sitzend - Erfahrungsaustausch
- Vertiefende Meditationserfahrung
- Achtsamkeit als Lebensweg

### **Termin**

29.06. bis 01.07.2018

### **Dozentin**

Andrea Freund

### **Preis**

290 EUR inklusive exquisiter Verpflegung in zertifizierter Bio-Qualität.

### **Hinweis zur Anmeldung**

Gerne nimmt Tanja Freise Ihre Anmeldung telefonisch unter 06172-3009 822 entgegen oder per Mail an [t.freise@rfa-oberursel.de](mailto:t.freise@rfa-oberursel.de). Bitte geben Sie bei Anmeldung per Email Ihren Zimmerwunsch an.