



Spirituelles Zentrum
Augsburg
Barfuß im Herzen



DILLINGER
FRANZISKANERINNEN
Deutsche Provinz

STILLE & STADT

MEDITATIONSTAGE IN AUGSBURG

Zeit der Stille
Im Herzen der Stadt,
in mir ankommen
und meine Mitte finden

Zeit der Achtsamkeit
für Leib und Seele

In Beziehung sein und
in Beziehung bleiben

Zeit des Auflebens
mit allen Sinnen,
im einfachen Dasein
die Kraft des Lebens spüren!

Sa. 28.09.2024 von 9.30 Uhr – 17.00 Uhr



**Spirituelles Zentrum
Augsburg**
Barfuß im Herzen



**DILLINGER
FRANZISKANERINNEN**
Deutsche Provinz

BESCHREIBUNG:

Übungen zur inneren Achtsamkeit
Übungen aus dem Yoga & Qi-Gong
Meditation (2x 25 Minuten)
Meditatives Gehen
Naturerfahrung und Impuls
Schweigezeiten
gemeinsamer Austausch

Ort: Meditationsraum im
Kloster Maria Stern,
Augsburg, Sterngasse 2

Termin: Sa. 28.09.2024

Beginn: 9.30 Uhr
Ende: 17.00 Uhr

Verpflegung: Selbstverpflegung
Kursgebühr: 20,00 €
Teilnehmende: max.12 Personen
Anmeldung: sr.veronika.goernert@dlgfr.de

Offen für alle Interessierten!

BEGLEITUNG:



Pfr. Maral Zahed
Yogalehrerin, Christlich
Spirituelles Zentrum
Augsburg



Sr. Martha Dirr OSF
Heilpädagogin | Geistliche
Begleiterin | Dillinger
Franziskanerinnen Augsburg



Sr. Veronika Görnert
Gemeindereferentin, Exerzi-
tienbegleiterin, Dillinger
Franziskanerinnen Augsburg

