MEDITIEREN AM MITTWOCHABEND IN ZÜRICH

Mittwochabend von 18.00-20.00 Uhr im Haus der Musik, Dolderstrasse 71, 8032 Zürich
12.11./03.12.25/07.01./28.01/25.02/11.03.26

Den Tag mit Meditation ausklingen lassen und die eigene Praxis stärken. Den Raum der Stille erforschen und gemeinsam das Licht hell in die Welt strahlen lassen.

Kosten CHF 20 pro Abend

RITA BORER MBSR-Achtsamkeitslehrerin, Supervision und Beratung, www.ritas-wortschaetze.ch