

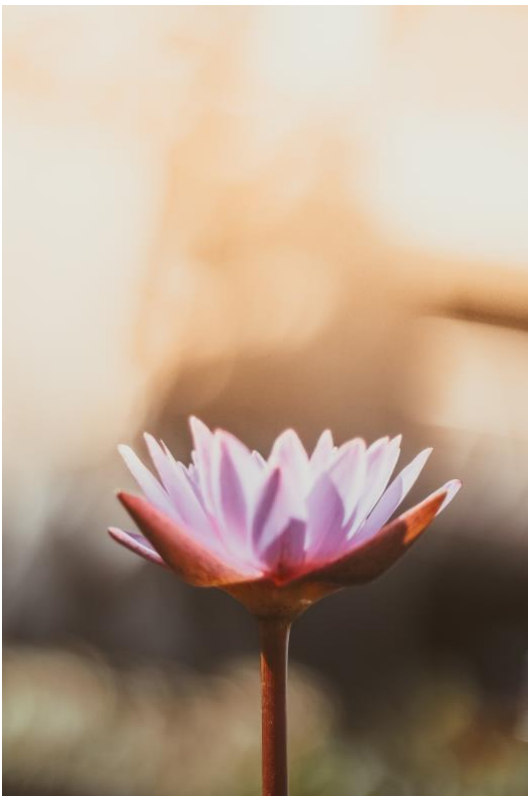


Aiki Zen Stuttgart

ZEN MEDITATION

Mini-Retreat

Gönn dir eine Auszeit, steige bewusst aus der Hektik deines Alltags aus und genieße einen Nachmittag der Stille und Ruhe, um neue Energie zu tanken.



Programm:

| | |
|---------------|-----------------------------------|
| 13.30 – 14.00 | Ankommen/Einführung/ Begrüßung |
| 14.00 – 15.00 | Zazen (Meditation) |
| 15.00 – 15.30 | Dharma Talk |
| 15.30 – 15:45 | Qigong |
| 15:45 – 16.00 | Pause |
| 16.00 – 17.00 | Zazen (Meditation) |
| 17.00 – 17.30 | Dharma Talk |
| 17.30 – 18.00 | Zazen (Meditation) |
| 18.00 – 18.30 | Entspannung/Abschluss |

| | |
|---------------|---|
| Wann: | 27.03.2022 |
| Wo: | Frei.Zeit Schlosserstraße 20/1 Eingang im Hof, 2. OG 70180 Stuttgart |
| Preis: | 60 € |

Anmeldung: aikistuttgart@gmail.com

Mehr info: www.aikistuttgart.de

Leiter:

Leoni Taisui McGough & Jules Keizan McGough

Wir sind traditionell ausgebildete Zen Priester und

Zen Buddhist Dharma Holder. Ausgebildet wurden

wir von Roshi Eran Junryu Vardi. Wir arbeiten als

Zen-, Meditations- und Qigonglehrer mit Patienten der

Onkologie und deren Angehörigen für das Klinikum Stuttgart (Stuttgart Cancer Center).

Unsere Qigong-Ausbildung haben wir mit Qigong und Tai Chi Meister Sifu Joe Lok durchgeführt,

Gründer der Natural Energy Academy in Hong Kong.



www.aikistuttgart.de