

Beginn mit Stille

Tag der Stille

Zu Beginn des neuen Jahres 2022
am Samstag 08.01.2022 von 10 - 16 Uhr
in Innsbruck, Mozartstraße 6

Kosten: € 150,-

(Sollte Präsenz nicht möglich sein, findet der Tag
online statt!)

Unterstützen beim Verweilen im

HIER-UND-JETZT

werden uns Techniken aus dem MBSR-Kurs
(z.B. Sitzmeditation, Yoga-Übungen, Metta-
Meditation, Gehmeditation,
Bergmeditation).



Dr. Markus Felder
Mozartstraße 6
6020 Innsbruck
Anmeldungen unter:
kontakt@markusfelder.at
Tel: 0699 - 188 55 415