

**Praxis**

**mit Elisa-Maria Jodl, Betpurstr. 17, 8910 Affoltern a.A.**

Tel: 044 760 18 08, [em.jodl@bluewin.ch](mailto:em.jodl@bluewin.ch)



**Montag**

19.30 – 21.00:

**Kontemplation / Stille Meditation:** 3 Einheiten Sitzen in Stille, Textrezitation

April: 08. **Mai: 13./27.** Juni: 03./10./17./24. **Juli: 08./15./22./29.**

**Aug.: 05./12.** Sept.: 02./09./16./23./30. Okt.: ????

19.00 – 20.30

Okt.: ??

**Nov.: 04./11./18./25.**

Dez.: 02./09./16./23.

**Samstag**

10.30 – 17.30

**Ein Tag in Stille und Achtsamkeit**

25. Mai / 29. Juni / 27. Juli / **10. Aug.** / 14. Sept. / 05. Okt. / 16. Nov. /

Beitrag: CHF 50-70; Anmeldung bis Do.abend; Bouillon und heißes Wasser für Tee vorhanden

Mitbringen: Socken, wenn möglich eigenes Meditationskissen oder –bänkchen, zusätzliche Verpflegung

**KURSE im zentrumRANFT**

**Ort und Anmeldung:** zentrumRANFT, 6073 Flüeli-Ranft; Tel: 041 660 58 58

[www.zentrumranft.ch/veranstaltungen/meditation-kontemplation](http://www.zentrumranft.ch/veranstaltungen/meditation-kontemplation)

Für alle Kurse im zentrumRANFT: Zuschlag für Spezialkost: CHF 7.00 / Tag

**Bitte Preisänderungen für VP im 2024 beachten.**

**05. – 07.**

**April 2024**

Beginn: 18.30

Ende: 13.00

**„Da sein in Stille“ – Kontemplation**

zum Schnuppern und Üben

Kurs: CHF 190;

Vollpension EZ / Lavabo: CHF 274.00

Vollpension EZ mit DU/WC: CHF 334.00

**15. – 18.**

**Aug. 2024**

Beginn: 18.30

Ende: 13.00

**„Da sein in Stille“ – Kontemplation**

Zur Vertiefung und zum Kennenlernen

Kurs: CHF 250;

Vollpension EZ / Lavabo: CHF 411.00

Vollpension EZ mit DU/WC: CHF 501.00

**01. – 03.**

**Nov. 2023**

Beginn: 16.00

Ende: 13.50

**Vitalität aus der Mitte – Orientalischer Tanz und Sitzen in Stille**

Für alle mit Freude am Tanzen und an Stillen Zeiten

„Ruhe und Bewegung ist das Zeichen des Einen“ (Thomasevangelium)

Co-Leitung: Sylvia Seifert, Tanzpädagogin, [www.sylviatanz.ch](http://www.sylviatanz.ch)

Kurs: CHF 300.00;

VP EZ/Lavabo: CHF 274.00

VP EZ/DU,WC: CHF 334.00

**28.Nov. –**

**01. Dez.**

Beginn: 18.30

Ende: 13.00

**„Da sein in Stille“ – Kontemplation**

Zur Vertiefung und zum Kennenlernen

Kurs: CHF 250;

Vollpension EZ / Lavabo: CHF 411.00

Vollpension EZ mit DU/WC: CHF 501.00