



Sangha

online / offline Meditation bei .zen

.zen

meditation
coaching
seminare

Le groupe Sangha, qui existe depuis l'hiver dernier sur WhatsApp, a maintenant la possibilité de se rencontrer une fois par mois, le premier lundi, de 19h00 à 20h30 (facultatif).

Ces rencontres ont lieu en présentiel à Werdenberg pour ceux qui le peuvent, et en ligne pour les autres.

Ce groupe fonctionne en auto-organisation et est ouvert à tous ceux qui souhaitent méditer. Une inscription n'est pas nécessaire.

La ponctualité est importante pour ceux qui se réunissent à Werdenberg.

Voici les dates prévues jusqu'au printemps 2025 :

Lundi 07 octobre 2024

Lundi 04 novembre 2024

Lundi 02 décembre 2024

Lundi 06 janvier 2025

Lundi 03 février 2025

Lundi 03 mars 2025

De 19h00 à 20h30

Pour vous inscrire au groupe de méditation Sangha en ligne, envoyez une demande à : info@zen.

Die Sangha-Gruppe, die seit dem letzten Winter auf WhatsApp existiert, hat nun die Möglichkeit, sich einmal im Monat am ersten Montag von 19.00 bis 20.30 Uhr (optional) zu treffen.

Diese Treffen finden für diejenigen, die es können, offline in Werdenberg statt, und online für alle anderen.

Diese Gruppe funktioniert in Selbstorganisation und steht allen offen, die meditieren möchten.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Pünktlichkeit ist wichtig für diejenigen, die sich in Werdenberg treffen.

Hier sind die geplanten Termine bis zum Frühjahr 2025:

Montag, 07. Oktober 2024

Montag, 04. November 2024

Montag, 02. Dezember 2024

Montag, 06. Januar 2025

Montag, 03. Februar 2025

Montag, 03. März 2025

Von 19.00 bis 20.30 Uhr

Um sich für die Sangha-Meditationsgruppe online anzumelden, senden Sie eine Anfrage an: info@zen.li



Patrick R. Afchain
Zen-Lehrer / Coach
Schmerz- & Traumatherapeut
Mädliweg 10
CH-9470 Werdenberg
Mobil + 41 79 333 28 61
info@zen.li / www.zen.li