

Sangha-Wochenende im Intersein-Zentrum

Vom 13. bis 16. November gibt es die Möglichkeit, die Kunst des acht-samen Lebens gemeinsam mit der Sangha im Intersein-Zentrum zu üben. Wir werden im klösterlichen Rhythmus des Hauses leben. Neben Meditation, Gehmeditation, verschiedenen Körperübungen und mantri-schem Singen sind auch Erdberüh-rungen und Tiefenentspannung geplant. Aber auch für Gedanken-austausch und fürs gegenseitige Kennenlernen wird Zeit sein.



Diese Einladung gilt für alle Teil-nehmer der Meditationskreise und der Tage der Achtsamkeit der GAL Bayern.



Beginn

Do., 13. Nov. 2025 um 18.30 Uhr

Ende

So., 16. Nov. 2025 um 14.00 Uhr

Adresse

Unterkashof 50, 94545 Hohenau

www.intersein-zentrum.de

Mitbringen: Hausschuhe, Hand-tücher, Bettwäsche und warme Kleidung für Geh- und Arbeits-meditation. Bettwäsche kann für 10 € ausgeliehen werden.

Teilnahmegebühr

Die Teilnahmegebühr deckt die Kosten für Unterkunft und Verpflegung vom Abendessen am Donnerstag bis zum Mittagessen am Sonntag ab. Sie ist am ersten Tag nach dem Abendessen bar zu zahlen und beträgt je nach Art der Unterbringung im

- Einzelzimmer mit Du./WC: 225 €
- 2-Bett-Zimmer
mit eigener Du./WC: 180 €
mit Du./WC auf der Etage: 150 €

Mitfahrgelegenheiten

Die Meditationskreise organisieren Fahr-gemeinschaften. Bitte meldet dort eure Angebote und Wünsche.

Anmeldung

Anmeldungen von Samstag, den 11. Oktober bis Freitag, den 7. November auf der Internet-Seite <https://www.gal-bayern.de/retreats/AnmeldeformularSW.php>.

Bei Fragen wendet euch bitte an Martha Preißler, retreats@gal-bayern.de.

