

Sangha-Wochenende im Intersein-Zentrum

Vom 12. bis 15. November gibt es die Möglichkeit, die Kunst des achtsamen Lebens gemeinsam mit der Sangha im Intersein-Zentrum zu üben. Wir werden im klösterlichen Rhythmus des Hauses leben. Neben Meditation, Gehmeditation, verschiedenen Körperübungen und mantrischem Singen sind auch Erdberührungen und Tiefenentspannung geplant. Aber auch für Gedankenaustausch und fürs gegenseitige Kennenlernen wird Zeit sein.



Diese Einladung gilt für alle Teilnehmer der Meditationskreise und der Tage der Achtsamkeit der GAL Bayern.



Beginn

Do., 12. Nov. 2026 um 18.30 Uhr

Ende

So., 15. Nov. 2026 um 14.00 Uhr

Adresse

Unterkashof 50, 94545 Hohenau

www.intersein-zentrum.de

Mitbringen: Hausschuhe, Handtücher, Bettwäsche und warme Kleidung für Geh- und Arbeitsmeditation. 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: 165 €

Mitfahrgelegenheiten

Die Meditationskreise organisieren Fahrgemeinschaften. Bitte meldet dort eure Angebote und Wünsche.

Anmeldung

Anmeldungen von Samstag, den 10. Oktober bis Freitag, den 6. 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.

