



Meditations-Abend

Donnerstag 22. Oktober um 19:30 bis etwa 21:30



Yoga-Loft

Bruckmühl

Gewerbepark BWB
26a, 83052 Bruckmühl-
Heufeldmühle,
[www.yoga-loft-
bruckmuehl.de](http://www.yoga-loft-bruckmuehl.de)

Um einen freiwilligen
Unkostenbeitrag wird
gebeten.

info: [www.jayendra-
das.com](http://www.jayendra-
das.com)

Einführung auf Englisch
mit deutscher
Übersetzung.

Jayendra Das ist Lehrer für Tai Chi und Meditation. Zu dem Abend sind alle eingeladen, die mit Meditation experimentieren wollen. Ziel ist es, Tiefenentspannung zu erfahren, letztlich sich selbst zu entdecken, und zu innerer Ausgeglichenheit zu finden.

Es handelt sich um eine geführte Meditation mit Phasen der Stille. Jayendra Das spricht Englisch, Erklärungen werden übersetzt.



Jayendra Das veranstaltet am darauffolgenden Freitag / Samstag vom 23.-24. Oktober 2015 Qi-Gong und Tai-Chi Workshops im Yoga-Loft. Weitere Information hierzu unter www.yoga-loft-bruckmuehl.de