



“Tijd voor je hart”

Meditatie & mindfulness Cursuslocatie EDE

Planning

De avonden starten om 20:00 uur (inloop vanaf 19:45) en we ronden af om 21:30.

Blok 1: Basis Body meditatie

25 januari Meditatie 1

1 februari Meditatie 2

8 februari Meditatie 3

Onderwerpen: Het lichaam, Bodyscan, Adem, Stil zijn & Aandacht

Blok 2: Christelijke meditatie

1 maart Meditatie 4

8 maart Meditatie 5

15 maart Meditatie 6

Onderwerpen: Lectio Divina, Beeldend Ignatiaans bidden e.a. vormen van christelijke meditatie & contemplatie

Blok 3: Mindful met Jezus

29 maart Meditatie 7

5 april Meditatie 8

12 april Meditatie 9

Onderwerpen: Niet oordelen, Vertrouwen en loslaten en Ontvangen

Kennismakingsworkshops

Zoek je naar rust in de drukte van je dagelijks leven? Kom zonder voorwaarden ervaren. Ervaar wie wij zijn en wat wij jou te bieden hebben, en stel al je vragen bij een kennismakingsworkshop.

Data in Hilversum:

Dinsdag 8 januari, 12 februari

Tijd: 20:00 tot 21:30 uur

Dinsdag 8 januari, 15 januari

Tijd: 10:00 tot 11:30 uur

Cursuskosten

De investering voor het volgen van de cursus is € 299 euro.

Aanmelden: rechtstreeks of via info@christelijkspiritueelcentrum.nl

Je kunt het bedrag overmaken op bankrekening NL 87TRIO 0197681271 t.n.v. Christelijk Spiritueel Centrum ovv cursus + naam

Locatie cursus: De schuilplaats, Otterloseweg 18A Ede

www.christelijkspiritueelcentrum.nl

info@christelijkspiritueelcentrum.nl