



“Tijd voor je hart”

Meditatie & mindfulness cursus

Planning Avondcursus 2021-1 / start 20:00u

Blok 1: Basis Body meditatie

19 jan Meditatie 1

26 jan Meditatie 2

2 feb Meditatie 3

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

Blok 2: Christelijke meditatie

16 feb Meditatie 4

23 feb Meditatie 5

2 maart Meditatie 6

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

Blok 3: Mindful met Jezus

16 maart Meditatie 7

23 maart Meditatie 8

30 maart Meditatie 9

Onderwerpen: Niet oordelen, Vertrouwen en loslaten en Ontvangen

En verder:

Kom eerst naar een gratis kennismakingsworkshop:

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. Die is gratis te volgen. **Zie data op de website.**

Cursus

Investering voor het volgen van de cursus is € 199

Aanmelden

Via mail info@christelijkspiritueelcentrum.nl of via de [webshop](#) op de website.

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

Locatie: online / via zoom.us

www.christelijkspiritueelcentrum.nl

info@christelijkspiritueelcentrum.nl