

**Einladung zu einer Schweigezeit im November
am Sonntag, dem 20.11.2022
von 10.00 bis 15.00 Uhr**

Ihr Lieben,

ich lade Euch herzlich ein zu einer Schweigezeit am 20.11.2022.

Wir treffen uns um 9.30 Uhr bei mir (am Hagen 7, 26180 Rastede/Loy).

Um 10.00 Uhr beginnen wir das Schweigen und beenden es um 15.00 Uhr - siehe Tagesplan.

Der Kostenbeitrag beträgt 45,00 € pro Person.

Bringt bitte folgendes mit:

- Gemütliche Kleidung.
- Eine Decke, eine Unterlage und ein Meditationskissen (falls vorhanden - ich habe auch einige zur Auswahl da ☺).
- Feste Schuhe und Winter- oder Regenjacke für Gehmeditationen im Freien.
- Lust auf Ruhe, Stille und tiefe Begegnungen mit sich selbst, den Anderen und der Umgebung.

Ich freue mich auf Euch!!!

Eure Karen

Praxis für Kinesiologie und Meditation

Karen Birkenstock
Heilpraktikerin für Psychotherapie
dipl. Kinesiologin (ITK)
Am Hagen 7
26180 Rastede

Mobil: 0174 16 82 749

E-Mail: karen.birkenstock@ewetel.net