



SONNTAG, 16.09.18

MEDITATION ERLEBEN

Grundlagen traditioneller Meditationspraxis

Lange Zeit haftete Meditation etwas Übersinnliches und Weltabgewandtes an. Dass dies nicht gerechtfertigt ist, belegen neuere wissenschaftliche Studien, die sich in vielfacher Hinsicht mit den Lehren der alten Meditationsmeister decken.

In diesem eintägigen Workshop wirst du Schritt für Schritt die Grundlagen bewährter Meditationspraxis in Theorie und Praxis kennenlernen.

Die theoretischen Anteile befassen sich auch mit dem vordergründigen Antagonismus zwischen traditioneller Spiritualität und moderner Wissenschaft.



PRO-NUTRIMENTUM
Michael Heger

Veranstaltungsort:

**Studio „Yoga &
Bewegung“
Burgstr. 61, 69121
Heidelberg**

11:00-15:00 Uhr

**Einmalig und
kostenlos:
ein Workshop zum
Kennenlernen**

**Was ihr
mitbringen solltet:
Neugier, bequeme
Kleidung,
Verpflegung**

VERANSTALTER:

**PRO-NUTRIMENTUM |
MICHAEL HEGER**

Büro: Karlsluststraße 14,
69126 Heidelberg

<https://www.pro-nutrimentrum.de>

info@pro-nutrimentrum.de