
Samstag, 17. Januar 2026

15.00 – 16.30 Uhr

vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1
Rödermark Ober-Roden



Klagmeditation zum Entspannen und Genießen: Körperreise

Gönnen Sie sich eine Auszeit. Eine Zeit, um vollkommen loszulassen. Mit Unterstützung der Klänge und Schwingungen unterschiedlicher Klangschalen und einem Fen-Gong begeben wir uns auf eine Meditationsreise.

Jeden Monat lädt uns ein anderes Thema ein, uns auf den Weg zu machen - hin zu tiefer Ruhe und Entspannung, Leichtigkeit, Klarheit und innerem Frieden.



Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke und kleineres Kissen

Kursleitung
Andrea Stange

Kosten
11 Euro, 1 Termin, 2 UE

Anmeldung
bei der vhs (Kurs-Nr. 252R030122)
vhs@kreis-offenbach.de oder 06103-3131-1313