

Tagesplan Mudita Retreat

mit Ursula Flückiger & Ingeborg Mösching

Donnerstag, 22.2. & Sonntag 25.2.2024
Online-Teilnehmende

Donnerstag, 22.2. Eröffnungsabend

20:30 Uhr Begrüssung, Einführung in die Mudita-Praxis
und kurze Meditation bis ca. 21.30

Sonntag, 25.2. Schlußtag

- * 6:45 Uhr Sitzmeditation
- 7:15 Uhr Infos von Kursbegleiterin (*bitte Alle anwesend sein*)
- 7:30 Uhr Frühstück usw.

- * 9:15 Uhr Sitzmeditation, Schlussvortrag, Infos,
Widmung bis ca. 10.45 Uhr
- 11.45 Uhr Schlussrunde bis 12.15 Uhr

Alle Zeiten in ROT werden via erstem Zoom Link übertragen

Schlussrunde ca.11.45 mit zweitem Zoom Link