

## Programmorschau 2024 / Program Preview 2024

Anmeldung für Kurse 24.01 - 24.15 ab 30.10.23; 9.00 Uhr / Registration for courses 24.01 - 24.15 starting October 30, 2023; 9 o'clock  
für Kurse 24.16 - 24.27 ab 06.11.23; 9.00 Uhr / for courses 24.16 - 24.27 starting November 6, 2023; 9 o'clock

<b>Kurs Nr. Course</b>	<b>Datum Date</b>	<b>Sprache Language</b>	<b>Livestream Option</b>	<b>Kursbeschreibung Course description</b>	<b>Lehrende, Assistenz Teachers</b>
24.01	18. - 21. Januar	Deutsch		<b>3 Tage Vipassana-Retreat</b>	Ingeborg Mösching, Stefan Lang
24.02	27. Januar - 03. Februar	Deutsch	✓	<b>7 Tage Vipassana-Retreat (auch online)</b>	Rainer Künzi, Ingeborg Mösching, Assistenz: Kathrin Weyermann
24.03	22. - 25. Februar	Deutsch	✓	<b>3 Tage Mitfreude-Retreat (Mudita) (auch online)</b>	Ursula Flückiger, Ingeborg Mösching
24.04	06. - 10. März	Deutsch		<b>4 Tage Meditation für junge Menschen</b>	Irene Bumbacher, Samuel Theiler, Assistenz: Nicole Fasel
24.05	14. - 17. März	Deutsch	✓	<b>3 Tage Vipassana-Retreat (auch online)</b>	Fred von Allmen, Irene Bumbacher, Assistenz: Kathleen Royston
24.06	21. - 24. März	Deutsch	✓	<b>3 Tage Metta-Retreat (auch online)</b>	Yuka Nakamura, Rainer Künzi, Assistenz: Kathrin Weyermann
24.07.01	28. März - 06. April	Deutsch	✓	<b>9 Tage Vipassana-Retreat (vor Ort &amp; online)</b>	Fred von Allmen, Isis Bianzano, Assistenz: Nicole Fasel
24.07.02	28. März - 01. April		✓	<b>4 Tage Vipassana-Retreat (nur online)</b>	
24.07.03	01. - 06. April		✓	<b>oder 5 Tage Vipassana-Retreat (nur online)</b>	
24.08	10. - 14. April	Deutsch		<b>4 Tage Meditationskurs</b>	Akiñcano M. Weber, Assistenz: Ulrike Tautenhahn
24.09	20. - 27. April	Deutsch		<b>7 Tage Lodjong/Tonglen und Vipassana</b>	Lama Irene, Renate Seifarth
24.10	08. - 12. Mai	English		<b>4 Days Tranquility and Wisdom</b>	Charles Genoud, Patricia Genoud, Assistenz: Catherine Schlaefli
24.11	17. - 20. Mai	Deutsch	✓	<b>3 Tage Vipassana-Retreat (auch online)</b>	Ursula Flückiger, Catherine Felder, Assistenz: Doris Eckstein
24.12	25. Mai - 02. Juni	English		<b>8 Day Retreat</b>	Ven. Ajahn Sucitto
24.13	05. - 09. Juni	Deutsch	✓	<b>4 Tage Studien- und Vipassana-Retreat (auch online)</b>	Fred von Allmen, Irene Bumbacher, Assistenz: Kathleen Royston
24.14	13. - 16. Juni	Deutsch		<b>3 Tage Mithilfe im Zentrum</b>	Hausteam und Samuel Theiler
24.15	22. - 29. Juni	Deutsch	✓	<b>7 Tage Vipassana- und Metta-Retreat (auch online)</b>	Renate Seifarth, mit Assistenz

24.16	05. - 12. Juli	Deutsch		<b>7 Tage Vipassana-Retreat</b>	Isis Bianzano, Irene Bumbacher, Assistenz: Nicole Fasel
24.17	24. - 28. Juli	Deutsch	✓	<b>4 Tage Meditationsretreat (auch online)</b>	Roland Nyanabodhi
24.18.01	03. - 17. August	English	✓	<b>14 Day Metta and Vipassana Retreat (on-site &amp; online)</b>	Carol Wilson, Fred von Allmen, Ursula Flückiger, Assistenz: Doris Eckstein
24.18.02	03. - 10. August		✓	<b>7 Day Metta Summer Retreat (online only)</b>	
24.18.03	10. - 17. August		✓	<b>7 Day Vipassana Summer Retreat (online only)</b>	
24.19	21. - 28. August	Deutsch	✓	<b>7 Tage Mahamudra- und Vipassana-Retreat (auch online)</b>	Tilmann Lhündrup, Rainer Künzi
24.20	01. - 07. September	Deutsch		<b>6 Tage Grüne Tara Retreat</b>	Sabine Hayoz Kalff, Alexandra Pfohlmann
24.21	14. - 21. September	Deutsch		<b>7 Tage Meditationsretreat</b>	Yuka Nakamura, Akiřcano M. Weber Assistenz: Regina Enders
24.22	05. - 12. Oktober	Deutsch	✓	<b>7 Tage Meditationsretreat (auch online)</b>	Akiřcano M. Weber, Christoph Köck
24.23	17. - 20. Oktober	Deutsch		<b>3 Tage Retreat Einsichtsmeditation (Vipassana)</b>	Yuka Nakamura, Stefan Lang
24.24	24. - 27. Oktober	Deutsch		<b>3 Tage Meditation für junge Menschen</b>	Irene Bumbacher, Stefan Lang, Assistenz: Kathleen Royston
24.25	02. - 30. November	Deutsch	1. Woche	<b>4 Wochen Vipassana-Retreat (1. Woche auch online)</b>	Ariya B. Baumann, Isis Bianzano, 1./2. Woche: Samuel Theiler, Assistenz: Doris Eckstein; 3./4. Woche Rainer Künzi, Assistenz: Kathrin Weyerermann
24.26	05. - 08. Dezember	Deutsch	✓	<b>3 Tage Metta-Retreat (auch online)</b>	Fred von Allmen, Rainer Künzi, Assistenz: Kathleen Royston
24.27	26. Dezember - 01. Januar	Deutsch	✓	<b>6 Tage Vipassana- und Metta-Retreat (auch online)</b>	Ursula Flückiger, Fred von Allmen, Ingeborg Mösching

**ALLE Kurse beginnen jeweils abends 18.45 h (Registration ab 16.30 h) und enden am Schlußtag um 14.00 h.**  
*All the courses begin at 6.45 pm (registration from 4.30 pm on) and end on the closing day at 2.00 pm.*

Etliche Kurse finden auch als **Livestream-Variante (online)** statt. Definitive Informationen folgen auf der Webseite.  
A number of courses will also be offered as **Livestream (online)**. Definite information will be available on the website.