

Meditation in Hopfgarten



Meditationsleiter: Claudius F. Albrecht



Aus Basel Schweiz stammend, beschäftigt er sich seit 1995 intensiv mit verschiedenen Meditationsformen und Energie- und Lichtarbeit. Seit 1999 arbeitet er selbstständig als Geomant, Chin. Astrologe und Life Coach, um Menschen in ihren vielschichtigen Bewusstwerdungs- und Selbstklärungsprozessen zu unterstützen.

Meditation und Entspannung

Regelmäßige Meditation kann das Wohlbefinden steigern und ermöglicht uns, einen Zustand von Gelassenheit und tiefer Entspannung zu erreichen.

Dieser Kurs richtet sich an Menschen, die mit den eigenen Energien bewusst und verantwortungsvoll umgehen möchten. Neben der Einführung in einige wichtige universelle energetische Gesetzmäßigkeiten lernst Du verschiedene Meditationstechniken zur Erdung und Stabilisierung der eigenen Energiefelder und zur Entspannung kennen. Große Bedeutung bekommt auch die Findung und Festigung der eigenen Mitte.

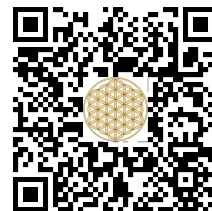
Im Weiteren ist genügend Raum für Fragen zu spirituellen Themen wie z.B. Selbstbestimmtheit, konstruktiver Umgang mit Konflikten, gesunde Abgrenzung im Beruf wie auch im Privatleben, Balancierung des eigenen Kräftehaushaltes etc. und für den Austausch unter den Teilnehmern.

LEITUNG: Claudius F. Albrecht, Life Coach
ORT: Pfarrzentrum Hopfgarten
VERANSTALTER: EKIZ Hopfgarten
BEGINN: DONNERSTAG 05.03.2026
KURSDAUER: jeweils Donnerstags, 19.30 – 21.00 Uhr
8 Abende, Kurs 2026-1
BEITRAG: € 120
ANMELDUNG: Claudius F. Albrecht
Tel.: 0650 - 333 5 111
oder per E-Mail: albrecht@spaceandlife.com

Bitte eine Decke, ein Sitzkissen und bequeme, wenn möglich helle Kleidung und warme Socken mitbringen.

Beim erstmaligen Besuch einer meiner Meditationskurse besteht am ersten Abend für Unentschlossene die Möglichkeit zu schnuppern!

Besuche diesen Kurs auf meiner Website, lade diesen Flyer herunter oder teile ihn!



www.spaceandlife.com

Informationen

Vielen Dank und schön, dass Du im neuen Kurs **Meditation und Entspannung**, der seit nunmehr 15 Jahren stattfindet, dabei bist!

Nachfolgend findest Du noch weitere Informationen zum Kurs:

Termine

Auf die folgenden Daten sind die Meditationsabende des Kurses 2026-1 festgelegt worden.

Oktober	1. Donnerstag	05.03.2026 (Beginn)
	2. Donnerstag	12.03.2026
	3. Donnerstag	09.04.2026
	4. Donnerstag	18.06.2026
	5. Donnerstag	09.07.2026
	6. Donnerstag	17.09.2026
	7. Donnerstag	08.10.2026
	8. Donnerstag	21.10.2026

Sollte es notwendig sein, Termine zu verschieben, werde ich alle Teilnehmer rechtzeitig darüber informieren.

Abmeldung

Solltest Du einmal an der Teilnahme eines oder mehrerer Kursabende verhindert sein, bitte ich Dich, mir bis spätestens zum Mittag des Kurstages, mit einem sms oder WhatsApp auf 0650 333 5 111, Bescheid zu geben. Nicht besuchte Kursabende können aus organisatorischen Gründen nicht nachgeholt oder refundiert werden.

Diskretion

Es sei an dieser Stelle nochmals darauf hingewiesen, dass alles, was wir in diesem Kurs von einander erfahren, zur Wahrung der Diskretion und der persönlichen Sicherheit, ohne die ausdrückliche Erlaubnis der betroffenen Person, nicht an Dritte weitergegeben werden dürfen.

Ich freue mich auf gemeinsame inspirierende und nährnde Momente!