



Vollmond-Meditation 2017

Im Yoga-Zentrum finden zwei Vollmondmeditationen statt:

- eine **stille Meditation** am Abend des Vollmond-Tages
- eine **geleitete Meditation** -
am Sonntagabend, der dem Vollmondtermin am nächsten liegt

Stille Meditation - Termine 2017

am Abend des Vollmondtages um 21.00 h (MEZ bzw. MESZ)

Diese Termine entsprechen den Meditationszeiten der Tradition der Yogis des Himalaya. Freunde und Studenten im Raum Europa und Afrika finden zu dieser Zeit zur gemeinsamen Meditation zusammen.

12. Januar (Donnerstag)	09. Juli (Sonntag)
10. Februar (Freitag)	07. August (Montag)
12. März (Sonntag)	06. September (Mittwoch)
11. April (Dienstag)	05. Oktober (Donnerstag)
10. Mai (Mittwoch)	04. November (Samstag)
09. Juni (Freitag)	03. Dezember (Sonntag)

Dauer der stillen Meditation: ca. 45 Minuten.

Angeleitete Meditation - Termine 2017

am zum Vollmondtermin nächstgelegenen Sonntagabend - 20.00 h

15. Januar	09. Juli
12. Februar	06. August
12. März	10. September
09. April	08. Oktober
07. Mai	05. November
11. Juni	03. Dezember