

SHAOLIN 少林坐禅

CHAN-MEDITATION



Samstag, 25. Januar 2025

08.00 – 10.00 Uhr

Einführung in die Chan-Meditation mit dem Ziel, sich komplett zu entspannen und zu leeren, sprich einen gedankenfreien Geisteszustand zu erlangen. Wirkt sich positiv auf Körper, Geist und innere Energie aus. Das Seminar ist kostenlos, offen für alle und verfolgt den Ablauf wie im Shaolin Tempel China.

Leitung: Roger Müller 释延龙, 34. Generation Shaolin Tempel China