



Spirit in ONE

Eine heilende Erinnerung an der Jahreswende (Nacht der Rauhnächte)

Nacht im Freu(n)des-Kreis der stillen Rundumsicht und Köstlichkeiten

Wo?

Bühlstrasse 1, 6314 Unterägeri (Praxisräume)

Wann?

Datum gemäss Homepage, Treffpunkt 17.00, Dauer 18.00 – 01.00

Wieviel?

Fr. 80.— zuzüglich eines Beitrages zum Buffet (nach Absprache mit uns)

Was sollte ich mitbringen?

Bequeme Kleidung

Wie finde ich den Ort?

Siehe Menü «Kontakt» unter «Anfahrt» auf unserer Homepage

Langer Reiseweg?

Ein paar Teilnehmende haben die Möglichkeit als Gäste bei uns zu übernachten (nach Absprache).

Wie und bis wann Anmelden?

Ein **E-Mail** (Adresse siehe unten) mit Name, Adresse und Anzahl Teilnehmer an uns reicht. Da wir eine beschränkte Anzahl von Plätzen haben, gilt die Reihenfolge der Anmeldung.

Wie verläuft der Abend?

Wir meditieren ab 18.00 jeweils 40 Minuten abwechslungsweise geführt und still mit einleitendem Text. Darauf folgen jeweils 20 Minuten Pause. Während der Pause kann man sich am Buffet der Köstlichkeiten bedienen. Das Ganze verläuft im Schweigen. Nach drei Stunden gibt es eine längere Gehmeditation in der wunderbaren Natur von Unterägeri. Zum Abschluss geniessen wir in einer geselligen Runde ein Glas Wein (oder anderes Getränk). Wer bei uns übernachtet oder in der Nähe wohnt, ist zum Brunch herzlich willkommen.

Eva und Marco Bühler
Spirit in ONE

Bühlstrasse 1
CH-6314 Unterägeri

+41 41 741 81 38
+41 79 273 14 84 (Mobil Eva) / +41 79 418 36 56 (Mobil Marco)

info@spirit-in-one.ch

Weitere Informationen: www.spirit-in-one.ch