

Rücktrittbedingungen und Stornokosten

Treten Sie bis sechs Wochen vor Kursbeginn zurück, entsteht für Sie eine Bearbeitungsgebühr von 20,00 Euro. Bei einem Rücktritt bis zwei Wochen vor Beginn werden 50% der Seminargebühren fällig. Danach wird der Gesamtbetrag für die Kursgebühr sowie für Unterkunft / Verpflegung berechnet.

Bei Nichtteilnahme oder Abbruch der Teilnahme besteht ungeachtet der Gründe kein Anspruch auf Rückerstattung.

Wir empfehlen den Abschluss einer Seminarrücktrittsversicherung.

Falls wir die Veranstaltung absagen müssen, geben wir Ihnen so früh wie möglich Bescheid und erstatten den Beitrag.

Wir über uns

IndiTO – Bildung, Training und Beratung

Wir gestalten Weiterbildung wirkungsvoll, lebensnah und praxisorientiert. Unser Programm umfasst Seminare, Trainings, berufsbezogene Fortbildungen, Studienreisen und Exkursionen. Zudem bieten wir Beratungsleistungen für Organisationen, für Teams und für Einzelpersonen an.

IndiTO ist eine staatlich anerkannte Einrichtung der Weiterbildung und zertifiziert durch den Gütesiegelverbund Weiterbildung.

Wenn Sie nähere Informationen zu unseren Angeboten wünschen, rufen Sie uns an, schreiben Sie uns oder besuchen Sie uns im Internet. Wir sind gerne für Sie da!

Achtsamkeitsretreat im Schweigen

Kloster Marienstern, Mühlberg/Elbe

06. – 09.06.2025



IndiTO
Estermannstraße 204
53117 Bonn
Telefon 0228 674 663
Fax 0228 680 400

www.indito.de
info@indito.de

Volksbank Bonn Rhein-Sieg
Konto 1 501 895 039
BLZ 380 601 86
IBAN DE87 3806 0186 1501 8950 39
BIC GENODED1BRS



Bildung, Training und Beratung für
Individuen, Teams und Organisationen



Achtsamkeitsretreat im Schweigen

Die Meditationstage im schönen Kloster Marienstern laden ein, innezuhalten und zur Ruhe zu kommen, den Geist zu klären, Sinne und Herz zu öffnen. Sitz- und Gehmeditationen im Wechsel bieten Gelegenheit, Einsicht zu gewinnen und Gleichmut und Herzensfrieden zu entfalten.

Gemeinsam zu meditieren erneuert Kraft und Entschlossenheit für die eigene Achtsamkeitspraxis. Die Struktur des Retreats bietet einen sicheren Rahmen, sich auf eine innere Entdeckungsreise zu begeben.

Formen meditativen Dialogs zu zweit und in der Gruppe eröffnen neben stiller Meditation auf neue Weise den Raum für die Erkundung eigener Prozesse. Sie geben der Übung Energie und tragen dazu bei, sich in der Praxis verbunden zu fühlen. Außerhalb der Dialogübungen schweigen wir. Dazu gehört es auch, an diesen drei Tagen auf Lesen, Musik hören und das Mobiltelefon zu verzichten. Die Meditationstage bieten Raum, sich einmal ganz auf sich selbst zu besinnen.

Das Retreat richtet sich an Teilnehmende mit Erfahrung in der Achtsamkeitsmeditation. Geben Sie uns bei der Anmeldung bitte eine kurze Information zu Ihrer Vorerfahrung in der Meditationspraxis.

Beginn: Freitagabend, 6. Juni 2025 mit dem Abendessen

Ende: Montag, 09. Juni mit dem Mittagessen



Zielgruppe:

Das Retreat richtet sich an Teilnehmende mit Erfahrung in der Achtsamkeitsmeditation. Bitte geben Sie zur Anmeldung parallel eine kurze Information zur persönlichen Meditationspraxis der letzten beiden Monate an:

Isabella Winkler, info@mbsr-berlin.org

Informationen kompakt

Termin: 06.06. – 09.06.2025

Fr. ab 18:00 Uhr - Mo. bis 13:00 Uhr

Ort: Kloster Marienstern, Güldenstern 1, 04931 Mühlberg/Elbe

Kosten: 285,00 € zzgl. ÜVP

(p. P./ Tag ca. 76,00 €, DZ auf Anfrage)

Ihre Trainerin



Isabella Winkler

MBSR-/MBCT-Lehrerin, Heilpraktikerin, Gruppenanalytikerin

Anmeldung online möglich unter:
www.indito.de [Seminarprogramm]