

InnerSpace Programm April 2023

Mittwoch, 12. April 2023, 18.00 – ca. 20 Uhr

Stille & Klang

**Spiritueller, experimenteller Workshop
für Jung & Alt**

An diesem Abend wollen wir in einer meditativen Atmosphäre erforschen, wie der Klang aus der Stille entsteht und wieder in die Stille zurückfließt. Denn Stille ist die Essenz der Spiritualität. Birgit wird dafür einzelne Instrumente vorführen und auf uns wirken lassen. Anschließend kann in Gruppen weiter experimentiert werden. Es stehen dafür verschiedene Klanginstrumente wie Klangschalen, Trommeln, ein Gong, Regenrohre u.a. Instrumente zur Verfügung. Birgit ist eine erfahrene Klangtherapeutin, die selbst wieder über die Beschäftigung mit Klängen zu mehr Lebensfreude, innerer Kraft und Selbstbestätigung gefunden hat. Wir freuen uns darauf, die Welt der Stille und Klänge mit euch zu entdecken. Der Workshop ist besonders auch für Kinder geeignet.



Ab 17.50 Uhr ist Ankommenszeit!

Anmeldung wegen Ostern bitte bis zum 6.4.2023

per Email: info@innerspace-dresden.de

oder Tel.: 0351-4266114 (Anrufbeantworter)

Sonntag, 16. April 2023, 18.30 – 19.30 Uhr

Weltfriedensmeditation

Weltweit meditieren wir an diesem Sonntag für den Frieden in der Welt – ab 18 Uhr ist das InnerSpace geöffnet.

Regelmäßige Veranstaltungen im InnerSpace

Montags:

12.00 - 13.30 Uhr: **Meditation zur Mittagszeit**

16.00 - 18.00 Uhr: **Teatime - Zeit für Begegnungen und Gespräche**

18.00 - 19.30 Uhr: **Meditation am Abend**

Dienstags:

16.00 - 18.00 Uhr: **Teatime - Zeit für Begegnungen und Gespräche**

18.00 - 19.30 Uhr: **Meditation am Abend**

Donnerstags:

18.00 - 19.30 Uhr: **Meditation am Abend**

Mittwochs ab 18 Uhr oder mit individueller Terminvereinbarung:

Einführungskurs zum Erlernen der Raja Yoga Meditation - nur mit Anmeldung

Veranstaltungsort: Innerspace Dresden, Alaunstr. 13, 01099 Dresden
Anmeldung über info@innerspace-dresden.de oder per Tel. 0351-4266114 (AB)