

# Beten mit Körper, Geist und Seele

*„Durch die barmherzige Liebe unseres Gottes*

*wird uns besuchen das aufstrahlende Licht aus der Höhe“ Lk 1,78*

**Am 15.11.24 von 18:00 bis 19:30 Uhr**

**In der Kirche in Münstermaifeld**

Wir nehmen uns Zeit, um in ruhiger Atmosphäre und in Bewegung aufmerksam zu werden auf uns selbst und unsere Verbindung mit Gott und den Menschen.

Dabei helfen uns das angeleitete Sitzen in der Stille, die Körper- und Atemwahrnehmung. Das spirituelle Thema dieser Einheit erleben wir ganzheitlich durch meditativen Tanz, Yogaübungen und einen geistlichen Impuls.



Bild: Frank Becker In: Pfarrbriefservice.de

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie zwei Decken mit.

Die **Kursgebühr** beträgt **10 €** pro Person.

Bitte melden Sie sich bei Gemeindeferentin Michaela Kilian ([michaela.kilian@bgv-trier.de](mailto:michaela.kilian@bgv-trier.de)) oder Tel: 01512 2845455), an. **Anmeldeschluss ist der 7.11.24.**

*Auf Ihr Kommen freuen sich Birgit Brechtel (Physiotherapeutin/ Yoga-Lehrerin) und Michaela Kilian (Gemeindeferentin).*