



„In einem Anfängergeist existieren unzählige Möglichkeiten,
im Geist eines Experten nur wenige.“ (Shunryu Suzuki)

(Online)-Praxisgruppe „Den Anfängergeist kultivieren“ (für ehemalige Teilnehmer:innen)

Viele **ehemalige Kursteilnehmer:innen** aus MBSR-, MBCL, MSC- und anderen Kursprogrammen mit dem Schwerpunkt Achtsamkeits- und/oder Mitgefühlpraxis sehnen sich nach Austausch mit anderen Praktizierenden. An vier Abenden will ich gerne NEUES mit dir und der Gruppe erforschen. Es gibt **„keine Theorie“** sondern es geht **ausschließlich** um die **Praxis** und den **Austausch** zur Praxis in **(Klein)Gruppen**.

TERMINE (2-Wochen-Rhythmus): Donnerstag 20.1., 3.2., 17.2., 3.3. (evtl. auch am 17.3.), jeweils 19:00 bis max. 20:15 Uhr

KOSTEN: Freie Spende (Empfehlung € 15,- bis € 20,-/pro Abend)

ORT: Grundsätzlich online via Zoom oder sonst in der Strozzigasse 32-34, Stiege 2, Tür 7, 1080 Wien (wenn Du vor Ort dabei sein willst). Die Praxisgruppe wird im Hybridformat angeboten.

GRUPPENGROSSE: Min. 4 und max. 10 Teilnehmer:innen (online „unbegrenzt“ ☺)

Dein **KURSBEGLEITER:** Klaus Kirchmayr | <https://geist-reich.jetzt/#ubermich>

ANMELDUNG (für einen Abend oder gleich alle zusammen)

Email: klaus.kirchmayr@geist-reich.jetzt oder <https://www.geist-reich.jetzt/#kontakt>

Telefon: 0699/126 55 180

