



PRAXISTERMINE 1. Halbjahr 2020

WIEN

Kontakt: Hanna Stegmüller (Tel. 0676 773 88 56); Heide Mitsche (Tel. 0650 315 65 57)

Wo: Buddhistisches Zentrum, Fleischmarkt 16, 1. Stock, 1010 Wien, („Drikung Gompa“)

- 1. Praxis: 17:00 –18:00** (auch für EinsteigerInnen): Reinigungsatmung, Tsa Lung, Heilklänge (EinsteigerInnen bitte um **16:30** kommen)
- 2. Praxis : 18:30 –20:00** Shine, Ngöndro, Innere Zuflucht, kontemplative Atemtechniken und weitere Dzogchen Praktiken

Wann: jeweils an Montagen, 14-tägig (ausgenommen an Feiertagen)

13. Jänner	17.00 h bzw. 18.30 h	06. April	17.00 h bzw. 18.30 h
27. Jänner	17.00 h bzw. 18.30 h	20. April	17.00 h bzw. 18.30 h
10. Februar	17.00 h bzw. 18.30 h	04. Mai	17.00 h bzw. 18.30 h
24. Februar	17.00 h bzw. 18.30 h	18. Mai	17.00 h bzw. 18.30 h
09. März	17.00 h bzw. 18.30 h	15. Juni	17.00 h bzw. 18.30 h
23. März	17.00 h bzw. 18.30 h	29. Juni	17.00 h bzw. 18.30 h

24. – 26. April 2020
Seminar mit Tenzin Wangyal Rinpoche in Wien, Don Bosco Haus.
Thema: „Die fünf Weisheiten, Teil 3: Zusammenfassung und vertiefende Praxis“

Details folgen ca. Anfang 2020.

Ende Jänner ist ein Praxistag in der Dri Kung Gompa geplant und im Juni 2020 ein Praxiswochenende mit Wolfgang Krebs „21 Nägel“ (Fortsetzung).

Genauere Termine und Details werden rechtzeitig verschickt!

GRAZ

Kontakt: Eva Stegmüller

Tel: 0681 201 686 92

VORARLBERG

Kontakt: Guntram Ferstl

guntram.ferstl@gmx.at;

Tel.: 0650 4080300