



## PRAXISTERMINE 1. Halbjahr 2022

### WIEN

**Kontakt:** Renate Cervik-Kremminger (Tel. 0660 345 33 74)  
Heide Mitsche (Tel. 0650 315 65 57)

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

**Praxis : 18:30 –20:00** Reinigungsatmung, Tsa Lung, Shine, Ngöndro, Innere Zuflucht, kontemplative Atemtechniken und weitere Dzogchen Praktiken

**Bis auf weiteres finden ALLE Veranstaltungen auf ZOOM oder in HYBRID-Form statt!**

**EinsteigerInnen / interessierte Personen** werden gebeten bereits um **18 Uhr** in der Gompa zu sein und vorab telefonisch Bescheid zu geben – Kontakt siehe oben.

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

17. Januar	18.30 h bis 20:00 h	11. April	18.30 h bis 20:00 h
31. Januar	18.30 h bis 20:00 h	25. April	18.30 h bis 20:00 h
14. Februar	18.30 h bis 20:00 h	9. Mai	18.30 h bis 20:00 h
28. Februar	18.30 h bis 20:00 h	23. Mai	18.30 h bis 20:00 h
14. März	18.30 h bis 20:00 h	20. Juni	18.30 h bis 20:00 h
28. März	18.30 h bis 20:00 h	4. Juli	18.30 h bis 20:00 h

#### **Praxistag** am 29. Januar 2022

Thema „Fünf Weisheiten/Five Wisdoms“ in der Drikung Gompa  
Details werden rechtzeitig bekannt gegeben!

#### **Seminar „Five Wisdoms“ mit Tenzin Wangyal Rinpoche**

20. – 22. Mai 2022 in Wien  
Details werden rechtzeitig bekannt gegeben!

### GRAZ

**Kontakt:** Eva Stegmüller

Tel: 0681 201 686 92

### VORARLBERG

**Kontakt:** Guntram Ferstl

[guntram.ferstl@gmx.at](mailto:guntram.ferstl@gmx.at);

Tel.: 0650 4080300