

06.09.2019

VHS: Einführung in buddhistische Meditation

Für Menschen, die Meditation als Entspannungsmöglichkeit kennenlernen möchten, ist der Kurs "Einführung in buddhistische Meditation" an der Volkshochschule (VHS) Ludwigshafen, der am Mittwoch, 11. September 2019, um 17.30 Uhr startet, gedacht. Meditation ist ein Übungsweg, auf dem der Geist zu Ruhe und Klarheit finden kann. Der Schwerpunkt im Kurs liegt auf Zen-Meditation. Der Kurs umfasst fünf Termine und kostet 45 Euro. Weitere Informationen gibt es bei Juliane Krohn von der VHS unter Telefon 0621 504-2017. Anmeldungen nimmt die VHS unter www.vhs-lu.de oder telefonisch unter der Nummer 0621 504-2238 entgegen.