

## C3057C Neubeginn - Geführte Meditation

Beginn	Dienstag, 20.01.2026, 18:30 - 20:00 Uhr
Kursgebühr	15,00 €
Dauer	1 Termin
Kursleitung	Susi Schöne
Kursort	UF, vhs, V0.16, Meditationsraum, Am Bahnhof 13, 85774 Unterföhring

„Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne“ (Hermann Hesse) - In dieser geführten Meditation geht es darum zu erkennen, wann es Zeit ist, im Leben etwas Neues zu beginnen und Altes hinter sich zu lassen, um sich neuen Herausforderungen zu stellen und daran wachsen zu können. Das kann Mut, Vertrauen und Zuversicht erfordern. Bei den meditativen Klängen der Handpan (Klanginstrument) bietet Ihnen diese Meditation die Möglichkeit zur Reflexion und Tiefenentspannung und vielleicht den Grundstock für Neues zu legen. Bitte mitbringen: Schreibmaterial, eine Decke, ein Kissen und ggf. eine eigene Matte.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
20.01.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Meditationsraum, V0.16

[zur Kursdetail-Seite](#)