

D3057B Geführte Meditation Loslassen

Beginn	Montag, 27.04.2026, 18:30 - 20:00 Uhr
Kursgebühr	15,00 €
Dauer	1 Termin
Kursleitung	Susi Schöne
Kursort	IS, KBZ, V 2.02, Gesundheitsraum, Mühlenstraße 15, 85737 Ismaning

In dieser geführten Meditation geht es darum Dinge, die Ihnen nicht gut tun, wie z.B. Gewohnheiten, Erlebnisse, Gedankenmuster, einengende Gefühle und auch Menschen, mit denen Sie vielleicht im Unfrieden sind, in Liebe loszulassen. Wenn wir loslassen, können wir unseren Frieden finden. Bei meditativen Klängen mit der Handpan (Klanginstrument) bietet Ihnen diese Meditation die Möglichkeit zur Reflexion und Tiefenentspannung. Bitte mitbringen: eine Decke, ein Kissen und ggf. eine eigene Matte.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
27.04.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Ismaning, vhs im Kultur- u. Bildungszentrum, Gesundheitsr., V2.02

[zur Kursdetail-Seite](#)