

Meditation

Basis Seminar

SPIRITUALITÄT / ENERGETIK



Die positiven Wirkungen von Meditation auf Körper und Geist sind mittlerweile wissenschaftlich belegt. Mit diesem Basis-Seminar erschließen sich Therapeuten/innen, Heilpraktiker/innen und sonstige Interessierte das Thema Meditation in kompakter Form. Theorie und Praxis wechseln sich in sinnvoller Reihenfolge ab.

In den einzelnen Kursstunden werden verschiedene Themen mit dazu passenden geführten Meditationen behandelt. Passive Meditationen, wie etwa die Konzentration auf den Atem, und aktive Meditationen in Bewegung wechseln sich ab. Während und nach jeder Kurseinheit haben die Teilnehmer*innen Gelegenheit, Fragen zu stellen und sich zu einzelnen Themen auszutauschen.

Dozent/in David Wolf: David Wolf ist Achtsamkeitstrainer, Meditationslehrer und Stressmanagement-Trainer. Im Zuge einer tiefgreifenden Veränderung begann er sich für Achtsamkeit und Meditation zu interessieren. 2018 brach er zum ersten Mal seine Zelte in Deutschland ab und arbeitete vier Monate als Wanderguide und Gästebetreuer in einem Hotel auf Sardinien. Dort bot er auch geführte Meditationen an. Heute vermittelt David Wolf die Haltung der Achtsamkeit in Workshops und Seminaren für Privatpersonen und Organisationen. Dabei spielen auch Outdoor-Anteile eine Rolle. Außerdem führt er mit seiner bodenständigen und authentischen Art Menschen ans Meditieren heran.

Termine:

Do. 16.10.2025

Fr. 17.10.2025

Do. 23.10.2025

Fr. 24.10.2025

Do. 30.10.2025

Fr. 31.10.2025

jew. 18:30-20:00 Uhr

Preis:

200,- Euro *

**Paracelsus
Gesundheitsakademie
Amalienstr. 81
Kaiserplatz
76133 Karlsruhe
Tel. 0721 - 955 33 43**

Seminarnummer:
SSH75161025

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

