



Katholische Kirche St. Martin
Illnau-Effretikon • Lindau • Brütten

www.pfarrei-effretikon.ch

Meditation

Mittwoch, 2. Okt. 2024

17.30 - 19 Uhr

Warum meditieren Spitzensportlerinnen, Mönche oder Managerinnen? Wie geht meditieren überhaupt?

Melde dich an und finde es heraus. Verschiedene Methoden werden ausprobiert.

Deine Aufgabe: nichts tun!

Hier kannst du dich voll entspannen.

Pfarreizentrum St. Martin, Birchstr. 20, 8307 Effretikon

