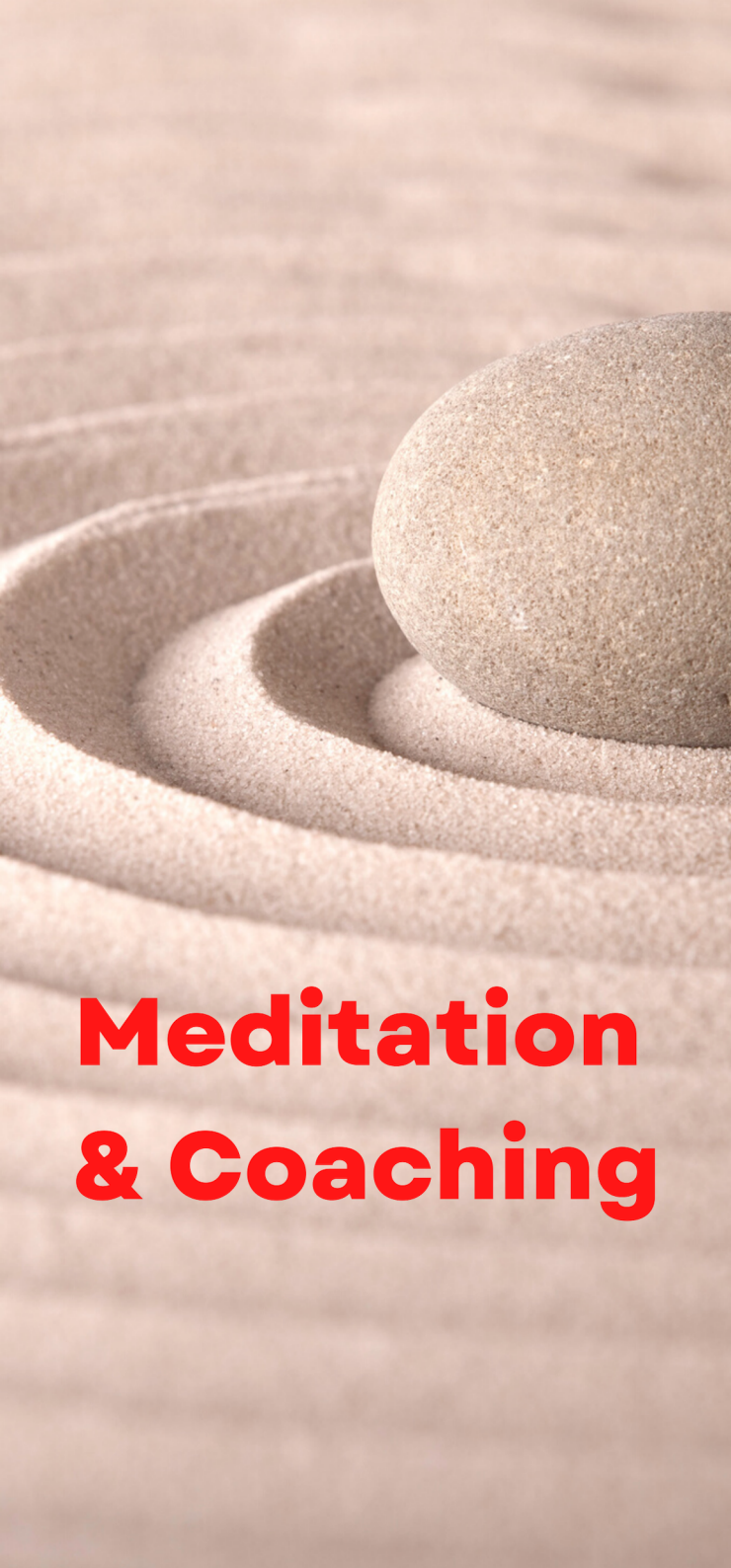


A close-up photograph of a Zen garden. In the foreground, a smooth, light-brown stone sits on a bed of fine, light-colored sand. The sand is sculpted into a series of concentric, wavy ripples that curve around the base of the stone, creating a sense of movement and tranquility. The background is softly blurred, showing more of the sand's texture.

Meditation & Coaching

Meditation & Coaching

Ob Sie nur innere Ruhe suchen, oder schwierige Lebenssituationen meistern, Meditation und Coaching können Ihnen stets als treue Begleitung dienen.

Wissenschaftler haben entdeckt, dass Meditation effektiv Zugang zu verborgenen, inneren Ressourcen verschaffen kann.

Durch Coaching können diese Ressourcen viel leichter für die Lösung schwieriger Lebenssituationen entfaltet werden.

Neben Coaching in der Gruppe kann auch Einzelcoaching vereinbart werden. Der Kurs ist kostenlos.

Ort & Zeit

**Christof-Treu-Str. 7
91207 Lauf
(bei Caritas klingeln)**



Donnerstags, 17:00 - 18:00 Uhr

Fragen und Anmeldung

Magdalena Krebs

Tel: 09123 - 9626860

magdalena.krebs@caritas-nuernberger-land.de