



RAUM DER STILLE

Termin	Kurs	Dozent*in
<b>Montag</b>		
16:45 – 18:15	Hatha Yoga	Nanda
19-21:30	MBSR-Kurs	Rosa Michaelis
	Mindfulness-based Stress Reduction <sub>1,2,4</sub>	
19 – 20:30	Zen-Meditation, Termine s.u. <sub>1,4</sub>	Raphael Moser
<b>Dienstag</b>		
7:45 – 8:45	Tai Chi <sub>1</sub>	Luna
17:45 – 19:15	Hatha Yin-Yasa Yoga <sub>1</sub>	Marie
<b>Mittwoch</b>		
8:55 – 10:10	Hatha Yoga <sub>1</sub>	Nanda
14 – 14:30	Mitarbeiter:innenmeditation <sub>3</sub>	IGVF
19 – 20:30	Zen-Meditation, Termine s.u. <sub>1,4</sub>	
<b>Donnerstag</b>		
8:55 – 10:10	Embodied Flow Hatha Yoga <sub>1</sub>	Romina
<b>Weiteres</b>		
Termin nach Absprache	Einführung in die Meditation <sub>3</sub>	Miriam Thye

#### Anmeldung über:

<sup>1</sup> sport.hochschulwerk.de

<sup>2</sup> UWE

<sup>3</sup> Mitarbeiter:innenmeditation jeden 2. Mittwoch, offen für alle

Anmeldung bei: [miriam.thye@uni-wh.de](mailto:miriam.thye@uni-wh.de),

<sup>4</sup> Termine **MBSR**: 12.5., 19.5., 26.5., 2.6., DO 12.6., 23.6., 30.6., 14.7.

Tagesseminar So, 6.7. 10-16 Uhr

Termine **Zen-Meditation**: Montags 28.4., 5.5., 16.6., 7.7.

Mittwochs 21.5., 7.7.

Fragen/Anfragen: [raumderstille@uni-wh.de](mailto:raumderstille@uni-wh.de)

Instagram:  raumderstille\_uwh

Du möchtest eine Veranstaltung anbieten?

