

Haus Tao Meditationsgruppe Baden

Covid-19-Schutzmassnahmen: Die Kontaktpersonen der einzelnen Gruppen geben gerne Auskunft.

- Ort:** NEU im Feldenkrais-Zentrums Baden, Merker-Areal, Eingang D, 1.OG, Bruggerstrasse 37, 5400 Baden.
Der Eingang befindet sich direkt hinter dem Restaurant «Spedition» im Innenhof des Merker-Areals.
Der Raum liegt in Gehdistanz vom Bahnhof Baden und ist mit allen ÖV bequem erreichbar.
Parkiermöglichkeiten finden sich im Parkhaus Gartenstrasse .
- Zeit:** Jeweils am **Mittwoch um 20:15 Uhr bis 21:30 Uhr**, Türöffnung um 20:00 Uhr.

Wenn möglich ein eigenes Sitzkissen oder Sitzbänkli mitbringen. Stühle und wenige Sitzkissen sind vorhanden.

Ablauf: Beginn mit einer kurzen Yoga-Sequenz, dann eine Stunde Sitzmeditation mit Gehmeditation dazwischen. Schluss des gemeinsamen Sitzens um ca. 21.30 Uhr.

Neue Teilnehmende

Beim ersten Mal bitte eine halbe Stunde früher kommen und sich voranmelden.

Unkostenbeitrag

Fr. 5.- pro Abend

Anfragen / Kontakt

David Lier Tel. 079 917 74 08 E-Mail: david.lier@gmx.ch

Weitere Informationen [hier](#)

Anfahrt

