



*Still und bewegt*  
*gi. 19. bis do. 22.9.2024*

# Still und bewegt

## Im Glauben gestärkt, im Leben entspannt

In diesem Kurs setzen wir uns auf unterschiedliche Art und Weise mit den Spannungsfeldern unseres Lebens auseinander:

- in Stille und Bewegung
- nach innen schauend und das Aussen wahrnehmend
- schweigend und redend
- sitzend und pilgernd
- allein und in Gemeinschaft

Spannungsgeladene biblische Texte leiten uns in die Gegenwart Gottes. Den Spannungen in unserem Körper begegnen wir mit leichten Entspannungsübungen. Die Verbindung von Text und Bewegung entdecken wir wandernd rund um Rasa.



### Leitung

Karin Grösser Reifler ist Supervisorin, Coach, Organisationsberaterin BSO und Meditationsleiterin. Sie wohnt in Basel. [www.groesser-beratung.ch](http://www.groesser-beratung.ch)

### Datum

gi. 19. bis do. 22.9.2024

### Ort

Campo Rasa im Centovalli

### Kosten

Vollpension Campo Rasa  
zuzüglich Kursgeld von CHF  
240.00 (Paare: 430.00)

### Anmeldung & weitere Infos

[vbg.net/agenda](http://vbg.net/agenda)