

Info



Das zentrumRANFT ist ein Begegnungs- und Seminarhaus oberhalb des Sarnersees mit Sicht auf See und Berge. Es bietet allen Gästen vielseitige Impulse. **In und durch die Stille eine spirituell integrierte und solidarisch ausgerichtete Haltung zu leben, ist unser Ziel.** Achtsamer Umgang mit sich selbst und seinem Umfeld, **Meditationen, Kontemplationsschulungen, Yoga, Kursangebote, Begleitung von Auszeitgästen, Gespräche mit Einzelgästen** – unser Ort der Begegnung findet in einer Atmosphäre der Geborgenheit statt.

Informationen und Angebote unter: www.zentrumranft.ch

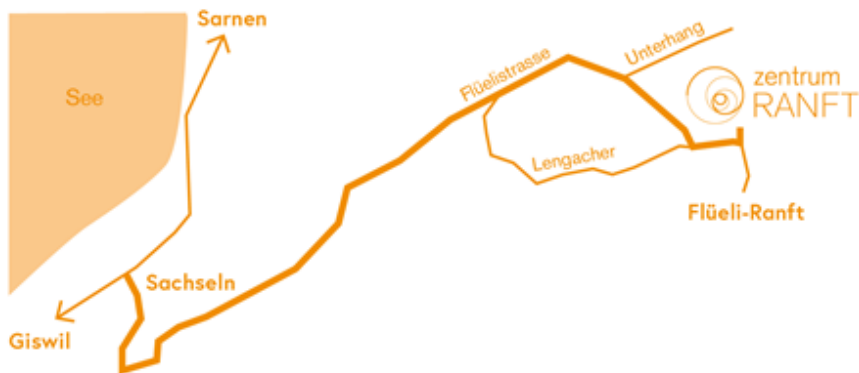
Wo finden Sie uns?

ÖV

Von Sachseln aus mit dem Postauto (Bus Nr. 351) bis zur Haltestelle «Flüeli-Ranft, St. Dorothea».

Auto

Die Liegenschaft zentrumRANFT liegt unmittelbar beim Dorfeingang von Flüeli-Ranft. Begrenzte Anzahl Gästeparkplätze auf dem Areal oder weitere Gratisparkplätze direkt im Dorf Flüeli-Ranft (ca. 4 Gehminuten).



zentrumRANFT, Hubel 2, 6073 Flüeli-Ranft, +41 41 660 58 58, info@zentrumranft.ch



25.-29. Februar 2024

Stille Retreat – Mantren und Weisheitsgeschichten aus aller Welt

Heidy Müller

Programm

Sonntag, 25. Februar 2024

Ab 14.00 Check-in, Zimmerbezug
17.00 Kursbeginn
18.30 Abendessen
Anschl. Kurs

Montag, 26. Februar –
Mittwoch, 28. Februar 2024

08.15 Frühstück
Anschl. Kurs
18.30 Abendessen
Anschl. Kurs

Donnerstag, 29. Februar 2024

08.15 Frühstück
Anschl. Kurs
11.00 Kursende

Kursleiterin



Heidi Müller,
jahrelange Erfahrung im Begleiten
von kranken und sterbenden
Menschen. Ausbildungen zur
Sterbebegleitung an verschiedenen
Instituten sowie jährliche
Weiterbildungen in Retreats in
einem buddhistischen Kloster im
Himalaya.

Kursbeschreibung

Inhalt

Wir denken pro Tag rund 60'000 Gedanken. Davon sind bei den meisten Menschen 85 % negativ. Dies kostet uns eine Unmenge Energie, welche wir positiver einsetzen könnten. Durch Stille und Meditation lernst Du Dein Geist zur Ruhe zu kommen. Dadurch gewinnst Du Gelassenheit, Zufriedenheit mehr Energie für Dein gesamtes Leben.

Wir werden gemeinsam «aktive Meditationen erfahren», Mantren rezitieren, Klängen und Geschichten lauschen, in Stille zusammen sitzen usw. Es gibt ein strukturiertes Programm sowie genug Zeit, welche Du in der schönen Natur in Flüeli-Ranft geniessen kannst.

Kurskosten

CHF 800 exkl. Kost und Logis und Seminarpauschale
10% der Einnahmen gehen an Menschen in Not.

Kursanmeldung

Heidi Müller, Gesundheitspraxis, zentrumRANFT, Hubel 1,
6073 Flüeli-Ranft, Telefon: 041 675 24 62
praxis@heidymueller.ch
www.hm-gesundheitspraxis.ch

Zimmerbuchung via zentrumRANFT, 041 660 58 58,
www.zentrumranft.ch, info@zentrumranft.ch