

Liebe Meditations-Freunde,

nachdem sich eine kleine Gruppe im Sommer 2022 im Kampstal zum Austausch und gemeinsamen meditieren getroffen hat, möchten wir dies 2023 wiederholen und alle Interessierten dazu einladen die Freuden des Sommers gemeinsam zu teilen. Wir haben die Möglichkeit uns am Hof von Robert Paget <https://www.robertpaget.com/> und seiner Familie in Diendorf zu treffen und 3 Tage gemeinsam zu verbringen. Es wird einige gemeinsame Programmpunkte geben, die jeder der möchte mitmachen darf. Wichtig ist, dass es genug Zeit für Austausch und spontane Aktivitäten gibt.

Wir werden über die 3 Tage gut bekocht und natürlich nehmen wir uns genug Zeit für gemeinsames meditieren ☺

Wann: Freitag 04.08.2023 – Sonntag 06.08.2023

Wo: Hofkäserei Robert Paget, Kirchenweg 6, 3492 Diendorf am Kamp

Wer: Matthias Warnung 0043 6767732380  
Manfred Höberl 0049 1751879667  
Magdalena Haas 0043 6607330755

Programmpunkte: Schwitzütte  
Atemübung und Eisschwimmen

Übernachtungsmöglichkeiten:

Wiese für Zelt und Camper – WC und Dusche(Outdoor) vorhanden.

Gasthof Familie Haag <https://gasthof-haag.at/>

Villa Allram <https://www.allram.at/urlaub/>

Cottages Grafenegg <https://www.grafenegg.com/de/gastronomie-hotellerie/grafenegg-cottages>

## Ablauf

Freitag 04.08.2023

07:30 – 09:00 Frühstück

09:00 – 10:00 Meditation

12:00 – 13:00 Mittagessen

18:00 – 19:00 Meditation

19:00 Abendessen

Samstag 05.08.2023

07:30 – 09:00 Frühstück

09:00 – 10:00 Meditation

12:00 – 13:00 Mittagessen

18:00 – 19:00 Meditation

19:00 Abendessen

Sonntag 06.08.2023

07:30 – 09:00 Frühstück

09:00 – 10:00 Meditation

12:00 – 13:00 Mittagessen