

## Meditation

### Schweige und höre – Angeleitete Schweigemeditation

Jeden 1. und 3. Samstag im Monat jeweils 18.00 Uhr  
21. Sept., 5. u. 19. Okt., 2. u. 16. Nov., 7. u. 21. Dez. 2019  
Ansbach, Gemeindehaus der Friedenskirche, Crailsheimstr. 62

Die Meditation orientiert sich an der Community Casteller Ring Schwanberg: Leichte Körperübungen zu Beginn, kurze Texte, Schweigen im Sitzen (2x 20 Min.) unterbrochen von meditativem Gehen. Interessierte sind stets willkommen.

Leitung: Brigitte Zender, Ansbach, Tel. 0981-64726  
In Zusammenarbeit mit der Friedenskirche Ansbach.

## Meditatives Tanzen

### „Leben aus der Fülle“

Einladung zum Meditativen Tanzen

4x ab Do., 5. Sept. 2019 jeweils 19.30-21.00 Uhr  
Weitere Termine: 12., 19., und 26. Sept. 2019  
Ansbach-Eyb, Gemeindehaus Eyber Str. 165

Die Erntezeit erinnert uns an all das, was uns geschenkt ist. Beim Singen und Tanzen und im stillen Gebet lassen wir uns hinbewegen zu Dankbarkeit und Freude. Bewegung zur Musik ist ein Weg zum Loslassen, Entspannen und zu neuer Lebensfreude. Eingeladen sind alle, die Freude an Musik und Bewegung haben. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, die Tänze werden vorgeführt und gemeinsam eingeübt. Die Teilnahme an Einzelabenden ist möglich.

Leitung: Renate Schwab, Ansbach, Dipl.-Religionspädagogin, Tel. 0981-4662541.

Teilnahmegebühr je Abend: 7,- €; gesamt: 20,- €

Anmeldung bei Frau Schwab oder beim Bildungswerk.

In Zusammenarbeit mit der Kirchengemeinde St. Lambertus, Eyb, Tel. 0981-14453.