

**Termine für die Meditation 2023  
Dienstagabends 19-21 Uhr:**

03.01., 17.01., 31.01.; 14.02.,  
28.02., 14.03., 28.03., 11.04.,  
25.04., 09.05., 23.05., 06.06.,  
20.06., ~~04.07.~~, **11.07.**, ~~18.07.~~,  
01.08., 15.08., 29.08., 12.09.,  
26.09., 10.10., 24.10., 07.11.,  
21.11., 05.12., 19.12.2023

Besonderheit 2023:  
mehrtägiger Vertiefungskurs  
mit Frau Daub in Essen vom  
27.10. abends bis 01.11.  
mittags. Näheres gerne auf  
Anfrage.

**Termine für die Meditation 2023,  
Montagsmorgens 10-12 Uhr:**

23.01., 06.02., 06.03., 20.03.,  
03.04., 17.04., 15.05., 12.06.,  
26.06., 10.07., 24.07., 07.08.,  
21.08., 04.09., 18.09., 02.10.,  
16.10., 13.11., 27.11., 11.12.

(am 20.02., 01.05., 29.05. und  
30.10. findet keine Meditation im  
Pankratiushaus statt)

Besonderheit 2023: mehrtägiger  
Vertiefungskurs mit Frau Daub in  
Essen vom 27.10. abends bis  
01.11. mittags. Näheres gerne  
auf Anfrage.