



„Gott, zu dir komme ich in der Frühe des Tages. Hilf mir, meine Gedanken sammeln zu dir.“

### Zeit

von 08.00 bis 08.50 Uhr und  
von 09.00 bis 09.50 Uhr

an folgenden Daten:

05.01. 12.01. 19.01. 26.01. 16.02. 23.02.  
02.03. 09.03. 30.03. 27.04. 04.05. 11.05.  
08.06. 15.06. 22.06. 29.06. 06.07. 13.07.  
20.07. 27.07. 24.08. 31.08.

### Mitbringen

Bequeme Kleidung, grosses Frottetuch, Socken

### Ort

Kapuzinerkloster, Säli  
Endingerstr. 9, 8640 Rapperswil

### Ablauf

Wir begrüßen den Tag mit ruhigen und achtsamen Körperübungen. In der darauf folgenden Meditationszeit richten wir uns auf Gott aus und öffnen uns für das, was der Tag uns bringen mag.

Alle sind herzlich willkommen!

### Gestaltung / Anmeldung

**Andrea Gut Fuchs**

079 362 18 28 / tanzen@talita-kumi.ch

### Kosten

Fr. 10.- / Lektion