

De feestelijke opening en samenvoeging van mijn praktijk en meditatie-studio blijkt, alweer een halfjaar verder, zeer geslaagd. Zo geslaagd dat ik per 1 juli mij volledig hierop ga richten.

Begin juni ging de vernieuwde praktijkwebsite de lucht in, met een overzichtelijke activiteitenkalender en een blog. Lees [hier](#) mijn laatste bespiegelingen over de adem.

Mediteren-in-eenvoud start in september met een nieuwe opzet. Naast de gebruikelijke doorlopende inloopavonden op woensdag, nu weekend meditatiecursussen in de vorm van een stadsretraite: 2 dagen van 10–17 uur, inclusief lunch op beide dagen.

Mijn dank gaat uit naar al die deelnemers, cliënten en cursisten die deze keuze voor mij mogelijk hebben gemaakt. Want zonder publiek geen voorstelling!

Dankbaar sluit ik cursusseizoen 2012–2013 feestelijk af met:

Op Adem Komen

Ervaar de rustgevende eenvoud van klank en stilte

Zondag 7 juli

10:30–13:00 uur

of

14:30–17:00 uur

Er is per dagdeel plek voor 6 deelnemers.

Om teleurstelling te voorkomen graag vooraf aanmelden.

**Geniet van de zomer en neem zo af en toe
een 5 minuten adempauze!**



Carucha Schwencke

Marnixstraat 61
2518 PW Den Haag

Telefoon

070 887 41 74

E-mail

info@caruchaschwencke.nl

Websites

www.caruchaschwencke.nl
www.mediteren-in-eenvoud.org

OPENWEEK 9–15 september

- **18 sept.** start doorlopende *Inloopavonden*
- **30 sept.** start 8-weekse *Mindfulnessstraining*
- **5-6 okt.** weekendcursus *Mediteren: hoe en waarom*
- **13 okt.** maandelijkse *Op Adem Komen*
- **2–3 nov.** weekendcursus *Mildheid en Compassie*



Klik hier voor
5 MINUTEN ADEMPAUZE

