

# Einführungskurs Meditation

11. März – 15. April 2026



Der Kurs wird von Mitgliedern der Vipassana-Gruppe Karlsruhe e. V. angeleitet und richtet sich an alle, die Meditation als spirituelle Praxis kennenlernen möchten.

Ziel des Kurses ist es, dass die Teilnehmenden

- eine für sie persönlich stimmige Meditationspraxis finden,
- erkunden, welche Möglichkeiten eine meditative Praxis eröffnet und wie sie zur eigenen Motivation und Lebenssituation passt,
- eine regelmäßige Praxis aufbauen und am Ende des Kurses 45 Minuten in Stille meditieren können.

Es handelt sich **nicht** um ein therapeutisches Angebot.

## Weitere Informationen

**Termine:** 11. März – 15. April 2026  
Mittwoch, 19 – 21 Uhr

**Ort:** Tai Chi Schule, Lachnerstraße 7, 76131 Karlsruhe

**Ausstattung:** Zabutons, Sitzkissen, Bänkchen und Stühle sind vorhanden.

**Kosten:** Das Angebot ist kostenfrei.

**Anmeldung** bitte per E-Mail an [info@vipassana-karlsruhe.info](mailto:info@vipassana-karlsruhe.info) mit den folgenden Angaben sowie der Bestätigung:

- Vorname und Name
- Ich bestätige mit dieser Anmeldung über E-Mail, dass ich folgenden Hinweis zur Kenntnis genommen habe:

*Die Teilnahme am Kurs erfolgt auf eigene Verantwortung. Die Vipassana Gruppe Karlsruhe sowie die Kursleiter\*innen übernehmen keine Haftung für im Zusammenhang mit der Kursteilnahme entstehende Personen- oder Sachschäden.*

Für Rückfragen gerne an [info@vipassana-karlsruhe.info](mailto:info@vipassana-karlsruhe.info)