



Wir laden ein zu einem besonderen Rundgang mit

**Bea Schmitt:**

## **Achtsam über Hofgut und Oberfeld – Impulse**



Ein kurzer Impuls, was Achtsamkeit ist und Übungen und Übungen, draußen auf dem Oberfeld. Mit einer offenen und experimentierfreudigen Haltung gegenüber dem, was Sie erwartet, wenden Sie sich dem gegenwärtigen Moment zu und machen erste Erfahrungen, wozu Ihnen die Haltung der Achtsamkeit verhelfen kann.

Nur wenige Plätze. Anmeldung erforderlich unter: [ido-kultur@t-online.de](mailto:ido-kultur@t-online.de)

**Datum:** Mittwoch, 22. Mai 2024

**Zeit:** 18:00 bis 20:00 Uhr

**Ort:** Treffpunkt: Hofgut Oberfeld, vor dem Gutshaus  
Erbacher Str. 125, 64287 Darmstadt

Bei starkem Regen oder Unwetter muss die Veranstaltung leider abgesagt werden.

Eintritt frei. Wir bitten um eine Spende.

Wir freuen uns auf den gemeinsamen Rundgang!

Marianne Kissel-Lesser und Werner Lesser