

Introductieochtend Vipassanā-meditatie met Anneke Breedveld en Bianca Vermeij

Op 28 oktober van 10.00 – 12.30 uur is er een introductiebijeenkomst voor mensen die met Vipassanā-meditatie willen beginnen of willen kennismaken met de methode. Deze ochtend is voor mensen die enige (andere) meditatie-ervaring hebben en willen beginnen met Vipassanā-meditatie en/of voor mensen die meer willen weten over het meedoen aan de doorgaande meditatiegroep.

We geven op deze ochtend achtergrondinformatie over Vipassanā, een korte dhammatalk en we gaan oefenen met de verschillende meditaties. We bespreken wat we tegenkomen en natuurlijk is er alle ruimte voor het stellen van vragen.

Praktische informatie

Datum: zaterdag 28 oktober van 10.00 tot 12.30 uur

Begeleiding: [Bianca Vermeij](#) en [Anneke Breedveld](#)

Locatie: Zoetestraat 5, Haarlem

Kosten: € 10 (dit is exclusief [dana](#) voor de begeleiding)

Klik voor het [aanmeldformulier](#)