

# «PLAYFULLNESS AND MINDFULNESS»

mit **Steve Clorfeine** [www.steveclorfeine.com](http://www.steveclorfeine.com)

**Workshop** im [www.netzpunkt-zimlisberg.ch](http://www.netzpunkt-zimlisberg.ch)  
Zimlisberg 461, 3255 Rapperswil/Bern

**Sonntag, 21. Juli 2024**

11.00 – 13.30 und 15.00 – 18.00

(Mittagessen:

es wird ein vollwertiges Essen gekocht- Sfr. 20,-)

**Assistenz und Übersetzung:**

Andrea Bollin (Kursleiterin HAMETA)

[www.andrea-bollin-spirit.com](http://www.andrea-bollin-spirit.com)



1Tag um in **Meditation und achtsames Üben** einzutauchen.

Erlebe das «jetzt»- nicht bewerten und nicht bewertet werden-  
echte Kontakte entstehen, oft sogar glückliche Momente...

**Verschiedene Formen der Meditation, Improvisationsübungen-  
Bewegung, Sound, Bilder für gemeinsames Erleben und Erfahren...**

***Steve Clorfeine**, geboren 1946, lebt in New York und ist Autor, Schauspieler, Tänzer  
und Lehrer für Theater und für Meditation inUSA, Canada, Europa, Indien und Nepal.  
Er gibt seit über 30 Jahren auch Workshops in der Schweiz (Zürich / Trogen)*

**Anmeldung und Informationen**

Andrea Bollin

+41 78 736 63 19 (Beantworter)

[andrea.bollin@gmx.ch](mailto:andrea.bollin@gmx.ch)

**Kosten:**

Sfr. 200.00 für den Workshop, Sfr. 20.00 für Mittagessen

**Mitbringen:**

Meditationskissen, bequeme Kleidung, Offenheit