Meditatieavond in De Spiraal

Woensdag 3 december 2025 van 19:30 tot 21:00 uur

Over 5 dagen

Camphuysenweg 13

Stokkum, Nederland

Terugkerende activiteit

Wekelijks op woensdag tot en met 4 maart 2026

Iedere woensdagavond van 19.30 tot 21.00 uur is er meditatie beoefening in De Spiraal. We beginnen met een korte inleiding en een geleide meditatie-instructie, gevolgd door zit- en loopmeditatie. We sluiten af met een kopje thee. Je hoeft niets mee te nemen—er zijn meditatiekussens én stoelen beschikbaar.

De avond wordt geleid door Tycho van der Reijden. Als gezondheids- en organisatiepsycholoog begeleidt hij mensen op hun pad, geïnspireerd door boeddhistische meditatievormen. Hij is geautoriseerd leraar in de Shambhala-traditie, een stroming binnen het Tibetaans boeddhisme, Zijn partner Meri Fennema is aanwezig als gastvrouw. Meri is ademcoach en trainer, en helpt mensen om meer vanuit het hart te leven en werken.

De avonden zijn voor iedereen en deelname is kosteloos—een vrijwillige bijdrage is welkom. Kom alsjeblieft een kwartiertje eerder, zodat we samen kunnen beginnen.

Meer informatie of aanmelden: mail tvdreijden@gmail.com of bel 06-15056479 (Tycho)

Ga voor meer informatie naar
mijnstokkum.nl/agenda