

## Vorträge und Meditationskurse 2024

- 27.12.23 - 1.1.24      Online Metta – Sylvester-Retreat  
Morgens und abends 2 Stunden  
Ausführliche Info anfordern: [info@mariemannschatz.de](mailto:info@mariemannschatz.de)
- 14.4. - 19.4.24      Benediktushof, Holzkirchen / bei Würzburg  
Metta-Meditations-Kurs im Schweigen  
Zusammen mit Stefanie Baltz  
Anmeldung: [kurse@benediktushof-holzkirchen.de](mailto:kurse@benediktushof-holzkirchen.de)  
[www.benediktushof-holzkirchen.de](http://www.benediktushof-holzkirchen.de)
- 25.5.24 - 5.4.25      Beginn einer neuen Online-Fortbildung  
Achtsamkeit und Mitgefühl – Intensive Einführung in die Praxis  
der Metta-Meditation – 7 x Samstags 10 - 17  
Ausführliche Info anfordern: [metta@samari.yoga](mailto:metta@samari.yoga)
- 29.6.24                Hamburg, Metta-Meditationstag,  
10:00 - 17:00 Kirche der Stille,  
Helenenstr. 14A, 22765 Hamburg  
[www.kirche-der-stille.de](http://www.kirche-der-stille.de)
- 7.7. - 12.7.24      Benediktushof, Holzkirchen / bei Würzburg  
Achtsamkeits-Meditation im Schweigen  
Zusammen mit Stefanie Baltz  
Anmeldung: [kurse@benediktushof-holzkirchen.de](mailto:kurse@benediktushof-holzkirchen.de)  
[www.benediktushof-holzkirchen.de](http://www.benediktushof-holzkirchen.de)
- 27.7. - 3.8.24      Allgäu, Buddha-Haus, Metta-Meditationskurs im Schweigen  
Anmeldung: Tel. 08376 502, [info@buddha-haus.de](mailto:info@buddha-haus.de)  
[www.buddha-haus.de](http://www.buddha-haus.de)
- 13.10. - 18.10.24    Benediktushof, Holzkirchen / bei Würzburg  
Metta-Meditations-Kurs im Schweigen  
Zusammen mit Stefanie Baltz  
Anmeldung: [kurse@benediktushof-holzkirchen.de](mailto:kurse@benediktushof-holzkirchen.de)  
[www.benediktushof-holzkirchen.de](http://www.benediktushof-holzkirchen.de)
- 24.11. – 29.11.24    Benediktushof, Holzkirchen / bei Würzburg  
Metta-Meditations-Kurs im Schweigen  
Zusammen mit Karin Krudup  
Anmeldung: [kurse@benediktushof-holzkirchen.de](mailto:kurse@benediktushof-holzkirchen.de)  
[www.benediktushof-holzkirchen.de](http://www.benediktushof-holzkirchen.de)

weitere Informationen: [www.mariemannschatz.de](http://www.mariemannschatz.de)