

# Tag der offenen Tür

## *in der Remise Zehlendorf*

*Stille - Achtsamkeit - Mitgefühl*

Charlottenburger Str. 4  
14169 Berlin - Zehlendorf Mitte  
Tel. 811 08 45

Sonntag, 15. Februar 2015

Kurzworkshops + Vorträge

- |               |  |                         |
|---------------|--|-------------------------|
| 09:00 – 09:45 | Stillemeditation                           | Dagmar Fleischmann      |
| 10:00 – 10:45 | Yoga - Weg des Herzens                     | Dagmar Fleischmann      |
| 11:00 – 11:45 | Qi Gong im Sitzen und Stehen               | Brigitte Ovaska         |
| 11:00 – 11:45 | Was ist Osteopathie?                       | Fritjof Werner          |
| 2. Stock      |  |                         |
| 12:00 – 12:45 | Vini Yoga                                  | Katja Rück              |
| 13:00 – 13:45 | Hui Chun Gong - die Rückkehr des Frühlings | Irene Pape              |
| 13:00 – 13:45 | Erwachen der Seele                         | Dagmar Fleischmann      |
| 2. Stock      |  |                         |
| 14:00 – 14:45 | Tai Chi                                    | Marianne Zwanzig-Deider |
| 15:00 – 15:45 | Rückengymnastik                            | Sabine Gammert          |
| 15:00 – 15:45 | Trauer und Abschied gehören zum Leben      | Dorothee Karle          |
| 2. Stock      |  |                         |
| 16:00 – 16:45 | Familienaufstellungen                      | Christine Starfinger    |
| 16:00 – 16:45 | Achtsamkeitsmeditation                     | Charlotte Seher         |
| 2. Stock      |  |                         |
| 17:00 – 17:45 | Tao Yoga / Qi Gong                         | Michael Marx            |

# Tag der offenen Tür *in der Remise Zehlendorf*

*Stille - Achtsamkeit - Mitgefühl*

Leitung: Dagmar Fleischmann

Charlottenburger Str. 4  
14169 Berlin - Zehlendorf Mitte  
Tel. 811 08 45

S-Bhf. Zehlendorf, S-Bhf. Sundgauer Str.  
Bus M 48, X 11, A 101, Kleinaustr.

Sonntag, 15. Februar 2015

Programm: 09:00 -18:00 Uhr

Wir laden alle Interessierten herzlich ein, sich bei Tee und Gebäck über die Angebote der Remise zu informieren und an Kurzworkshops und Vorträgen teilzunehmen.

Meditation, Yoga, Qi Gong, Tai Chi, Rückengymnastik, Osteopathie, Wegbegleitung und Familienaufstellung sind Wege, um zu mehr Gelassenheit und Ruhe zu finden, die Gesundheit zu stärken und die Persönlichkeit zu entwickeln.

Die Veranstaltungen sind kostenfrei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich: wir bitten um Spenden für die Flüchtlingshilfe in Zehlendorf.

Info: [www.remisezehendorf.de/Aktuelles](http://www.remisezehendorf.de/Aktuelles)  
Tel. 030-811 08 45