



## Kriya Yoga Meditationsgruppe St.Gallen

Herzlich willkommen zur Meditationsgruppe in St.Gallen!

Die nächsten Gruppenmeditationen finden an folgenden Daten statt:

09. Januar 2026 (Antonia)	17. April 2026 (Samuel)
16. Januar 2026 (Samuel)	08. Mai 2026 (Antonia)
06. Februar 2026 (Samuel)	22. Mai 2026 (Samuel)
20. Februar 2026 (Antonia)	29. Mai 2026 (Antonia)
06. März 2026 (Samuel)	19. Juni 2026 (Samuel)
20. März 2026 (Antonia)	03. Juli 2026 (Antonia)

Jeweils freitags von 18.50 Uhr bis ca. 20.15 Uhr. Türöffnung um 18.35 Uhr.

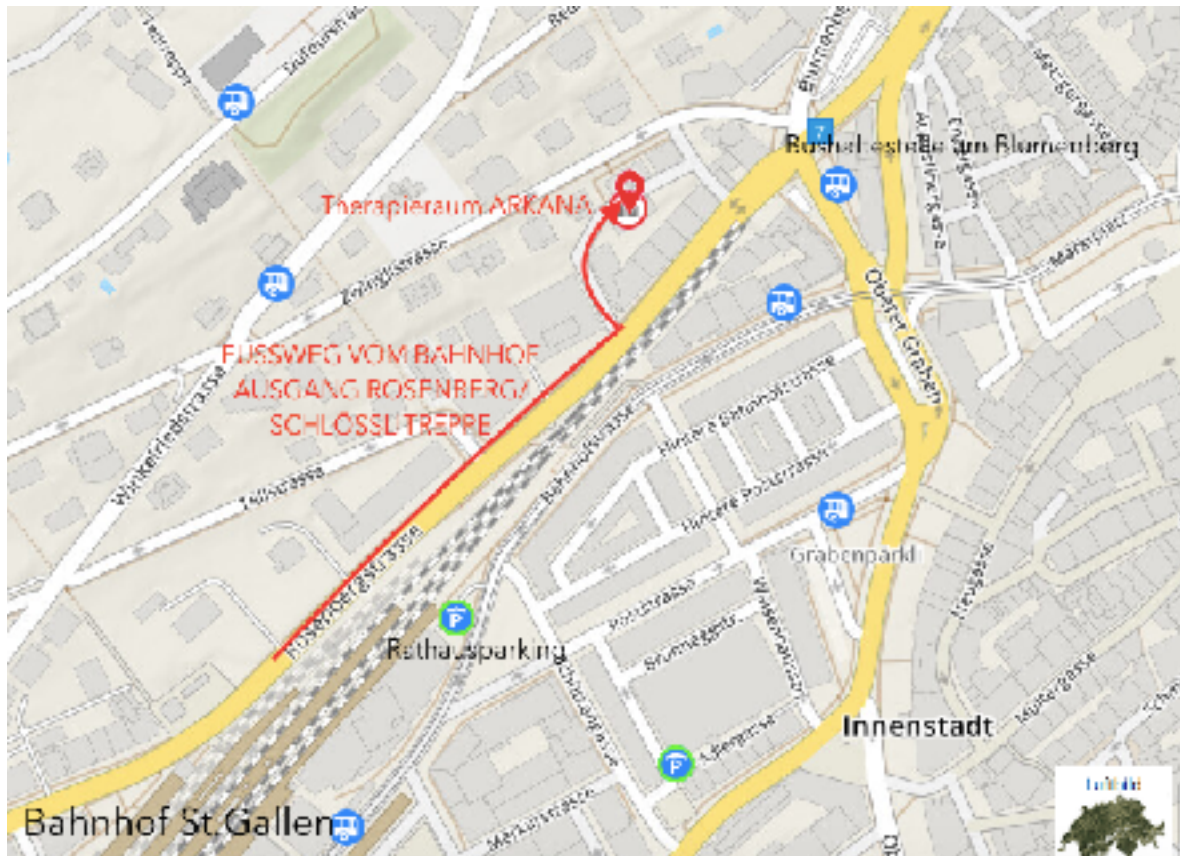
### **Mitbringen:**

- Bequeme und allenfalls warme Meditationskleidung
- Grosses Tuch um die Matte zu bedecken
- Kosten: 20.- bitte bar mitbringen

Matten und Kissen sind vorhanden, selbstverständlich darf man auch die eigenen mitbringen.

**Anmeldung:** antonia\_samuel.smits@kriya.ch  
077/ 535 06 46

Wir bitten darum, sich bis am Mittwoch per Mail oder SMS/ Whatsapp anzumelden. (Durchführung ab 2 Personen). Alle, die einen Kriya Yoga Einführungskurs in der Linie von Paramapadma Dhiranandaji besucht haben, sind herzlich eingeladen. Einführungskurse und Info unter: [www.kriya.ch](http://www.kriya.ch)



Kursort: Therapieraum ARKANA, Rosenbergstrasse 12A, 9000 St.Gallen  
([www.arkana-therapie.ch/kontakt](http://www.arkana-therapie.ch/kontakt))

Der Raum befindet sich 10 Gehminuten vom Bahnhof entfernt. Buslinien 5 und 9 fahren bis zur Haltestelle Blumenberg. Die nächsten Parkmöglichkeiten befinden sich im Parkhaus am Bahnhof oder Rathaus, allenfalls in der blauen Zone im Quartier (Zwinglistrasse). Ein Parkplatz liegt im Innenhof vor der Praxis.