



Fragen vor der Texterstellung

- ☐ Für wen ist diese geführte Meditation?
- ☐ Wie meditationserfahren ist die Person/Gruppe bereits?
- ☐ Was ist die Intention der Meditation? Was soll sie erreichen?
- ☐ In welchem Rahmen wird die Person/Gruppe die Meditation erleben? (live/ zuhause Kopfhörer?)
- ☐ Bei einer Gruppe: Ist sie homogen (z.B. nur Frauen, Berufsgruppe, Unternehmen, Senioren, Jugendliche ect.) oder heterogen zusammengesetzt (Fitness/Yoga-Center)
- ☐ Wie lange soll die gesamte Session dauern?
- ☐ Wie lange soll die geführte Meditation dauern?
- ☐ Welche inhaltliche Themenwelt passt am Besten zur Person/Gruppe?
- ☐ Wird die Person/Gruppe die Meditation einmal hören oder ist sie Teil einer Serie?