

WOHLFÜHL-ENTSPANNUNGSTAG

Freitag, 05. Mai 2023

**Entspannt ins Wochenende
AUSZEIT – RUHE – ERHOLUNG**



**Genieße den Tag, mit Freude und Bewegung,
nimm dir eine Auszeit
und gehe entspannt und mit neuer Energie
in den Alltag zurück.**

Was erwartet Dich...

- ...QiGong
- ...Klangschalenmeditation mit Autogenem Training
- ...Achtsamkeits- und Atemübungen
- ...Waldbaden

Seminarpreis: 85,00 €

Beginn: 09:30 Uhr
Ende: 19:00 Uhr
Ort: Stadler-Hof, Dorfstraße 15,
84106 Großgundertshausen

im Preis enthalten:
Snacks, Obst, Getränke,
Mittagessen vom Buffet
mit Suppe, Salat und Hauptgericht nach Wahl

Kaffee und hausgemachter Kuchen

**Nähere Infos und Anmeldung
bei Entspannungspädagogin & QiGong Leiterin SKA
Waldbaden-Trainerin „Indian Balance Nature“**

**Sabine Besting
Tel.: 08702 7963063
Mobil: 0173 5812486
www.ruhe-und-entspannungsoase.de**

Anmeldeschluss: 14.04.2023



**RUHE- UND
ENTSPANNUNGSOASE**
Mit Herz und Seele

