

Entspannt ins neue Jahr

...gönn dir Entspannung

...gönn dir eine Auszeit,

...gönn dir Zeit nur für dich!

Der Kurs beinhaltet Meditationen, Traumreisen, Atemübungen, Übungen zur Achtsamkeit, Körperübungen und vieles mehr...

Jeden ersten Freitag im Monat:

03.02., 03.03., 07.04., 05.05. und 02.06.2023 18.30- 19.45 Uhr

Yogazeit Borken

Rhedebrügger Str. 14a, 46325 Borken

Kosten: 55€

Teilnehmerzahl: mindestens 6- max. 10 Personen; Anmeldungen bis zum 29.01.2023 möglich

Kursleitung:

Jessica Lage

Handy: 0151-414 898 56

E-Mail: jessica@beratung-lage.de

Ich stehe für Rückfragen oder ein erstes Informationsgespräch gerne zur Verfügung.

