

„Relax

-entspannt in die Woche starten“

Dieser Entspannungskurs ist ein Mix aus Meditationen, Traumreisen, Körper- und kleinen Achtsamkeitsübungen

Wann:

**16.10., 30.10., 13.11., 27.11. und 04.12.2023
von 18.45-19.45 Uhr**

Anmeldungen sind bis zum 06.10.2023 möglich

Wo:

Yogazeit Borken

Rhedebrügger Str. 14a, 46325 Borken

Kosten: 75€

Teilnehmerzahl: mindestens 6- max. 10 Personen;

Kursleitung:

Jessica Lage

Handy: 0151-414 898 56

E-Mail: jessica@beratung-lage.de

Für Fragen stehe ich gerne zur Verfügung.

