



STILLE BEWEGT ^{mich}

ENTSPANNUNG ZU UND FÜR JEDE ZEIT
JEDEN MI, 18 - 19 UHR IM AUGUST
TURNSAAL VS, KEMETEN

Wenn auch Sie mehr Entspannungsmomente suchen oder diese bewusster gestalten möchten, dann sind Sie herzlich eingeladen, sich körperlich, geistig und seelisch etwas Gutes zu tun.

Im Mittelpunkt dieser Zeit stehen die Ruhe und das Wohlbefinden!



AKTIV in den (All)Tag MI 04.08.
Diverse Entspannungs- und Dehnungsübungen für Zwischendurch, aktive Meditation



NATUR und DU MI 11.08.
Die Natur mit allen Sinnen genießen, wahrnehmen und wirken lassen (bei Schönwetter im Freien)



OH MEIN GOTT! MI 18.08.
Gott wirken lassen durch Texte, Stille, Meditation, Austausch



ÜBERRASCH' DICH SELBST MI 25.08.
Das eigene kreative Potential (weiter) entdecken und neue Möglichkeiten kennenlernen

Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich - wirklich!



Die Einheiten können unabhängig voneinander besucht werden.
Leitung: Katrin Krautsack, dipl. Entspannungstrainerin
Kosten: 10 - 20€ - was es Ihnen wert ist.
Für mehr Informationen oder Anmeldung:
Tel. 0699 111 456 30
Email: katrin.krautsack@gmx.at