

Entspannung - für Körper, Geist und Seele

Entspannungskurs

Achtsam sein, für das was dir gut tut!

Dieser Kurs vermittelt Elemente aus dem Achtsamkeitstraining, dem Autogenen Training, der Progressiven Muskelentspannung, Fantasiereisen und vielem mehr...

Dabei sein und entspannen!

| | |
|--------------------|---|
| Beginn | Dienstag, 26. März 2019 |
| Uhrzeit | 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr |
| Dauer | 8 Termine á 60 Minuten |
| Preis | 65,00 € |
| Kursleitung | Marion Hauptenthal |
| Ort | Susanfit, Fitness und Balance Ludweilerstraße 91 66333 Völklingen-Geislautern Telefon: 06898 2998866 |

Anmeldeschluss Samstag, 23.03.2019. Teilnehmerzahl begrenzt.