

Sonntag, 04.12.22
10:00-13:00

HOF STRUPBACH, 35444 BIEBERTAL

RUHE FINDEN IN EINER SCHNELLEN ZEIT



10:00 Ankommen
10:15 Bodyscan
11:00 Pause
11:10 Achtsames Yoga
11:40 Pause
11:50 Sitzmeditation
12:30 Mittagessen
13:00 Ende

BITTE VERBINDLICH
ANMELDEN UNTER:
maren-ampt@posteo.de
(auf Spendenbasis)



BITTE GEMÜTLICHE KLEIDUNG UND
WARME SOCKEN MITBRINGEN