



Workshop

Altes loslassen – Neues beginnen

Einen Nachmittag lang wollen wir noch einmal auf das alte Jahr schauen und es bewusst loslassen, um frei zu werden für einen Neubeginn in diesem noch ganz jungen neuen Jahr 2019.

Wir werden gemeinsam Rituale der Dankbarkeit, des Loslassens und des Verzeihens kennenlernen und durchführen. Bereit für einen Neubeginn schauen wir, wohin unsere Sehnsucht geht. Dabei führt uns der verbundene Atem aus unserem Gedankenkarussell heraus und in den Augenblick mit Leichtigkeit und Lebensfreude hinein. Wir besinnen uns auf unsere Stärken und spüren nach, was wir im neuen Jahr gerne empfangen möchten.



Termin: Samstag, 5. Januar 2019, 14:30 - 18:00 Uhr
Die Anzahl der Teilnehmer/innen ist min. 4, max. 12.
Kostenbeitrag: 30 Euro (inkl. Getränke)

Veranstaltungsort: Praxis für Physiotherapie Theodora Daliani,
Ahnfeldstraße 23, 40239 Düsseldorf,
Nahe der Haltestellen Düsseldorf-Zoo S & Brehmplatz

Anmeldung: Bitte verbindlich schriftlich oder per Mail.



Elisabeth Schlenkhoff
Ganzheitliche Integrative Atemtherapeutin
Praxis Atmendes Herz
Frobenstraße 16
40470 Düsseldorf
0211-92528225
0172-2460720
info@atmendesherz.de

