



Workshop

Heute gönne' ich mich mir selbst

An diesem Fastensonntag wollen wir einmal uns selbst in den Fokus nehmen und uns in vielerlei Hinsicht begegnen. Das bewusste verbundene Atmen leitet uns dabei und hilft uns, uns in unserer Dreifaltigkeit von Körper, Geist & Seele wahrzunehmen und zu erforschen. Dabei nehmen wir uns selbst ganz liebevoll in den Blick.



Wir spüren dem nach, was uns nachhaltig gut tut und wie wir uns im Alltag immer wieder stärken können. Wir gönnen uns diese Auszeit, wir gönnen uns, einander zu begegnen und miteinander und doch jeder bei sich zu sein.

Termin: Sonntag, 17. März 2019, 10:30 - 16:30 Uhr
Die Anzahl der Teilnehmer/innen ist min. 3, max. 10.
Kostenbeitrag: 55 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

