



Workshop

'Wendepunkte'

Sie begegnen uns immer wieder im Leben: Wendepunkte – teils gewollt und vielleicht sogar ersehnt, teils von außen bestimmt, und teils weil es einfach an der Zeit ist, wie beispielsweise gerade jetzt. Es ist die Zeit der Sommer-Sonnenwende, das Jahr hat bereits Halbzeit. Doch wie sieht es bei mir aus? Wie habe ich das erste Halbjahr erlebt? Stehen auch bei mir persönlich Wendepunkte an oder habe ich welche erlebt? Wie gehe ich damit um? Gelingt es mir gut loszulassen, was zu Ende geht, und zuversichtlich auf das zu schauen, was neu beginnt? Kann ich mich darin gut tragen oder ist es eher ein 'ertragen'?

In diesem Workshop erfahren wir die stärkende und sanfte Kraft des bewussten verbundenen Atems, die uns hilft loszulassen und den Fokus wieder auf das Leben und die Lebensfreude zu richten.

Termin: Sonntag, 30. Juni 2019, 14:30 - 18:00 Uhr
Die Anzahl der Teilnehmer/innen ist min. 4, max. 12.
Kostenbeitrag: 35 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

