

Samstag, 24.02.2024
14:30 bis 17:30 Uhr
Dorfgemeinschaftshaus Schmitterhof, Huglfing

ZENbo® *Balance*

Achtsamkeit, Balance, Beweglichkeit, Entspannung

Du brauchst eine kleine Auszeit?
Du möchtest wieder in Balance kommen,
sowohl körperlich als auch geistig?
Du möchtest verschiedene Entspannungsverfahren
ausprobieren?
Dir ist es wichtig beweglich zu sein?
Du hast Lust, etwas Neues auszuprobieren?
Du bist neugierig, was ZENbo Balance ist?

Dann sei dabei und tue dir etwas Gutes!
Ich freue mich sehr darauf.

Min.5/ Max.10
Teilnehmende

Wir werden einen Nachmittag mit vielen
schönen und interessanten Momenten haben.
Sanfte Bewegungs- und Balanceübungen, Entspannung,
Achtsamkeitstipps, ein guter Austausch,
ein kleines Give-Away und viel Spaß warten auf dich.

Noch Fragen?
Du möchtest dich anmelden?

Dunja Brand Coaching + Training

www.dunja-brand.de
Tel. 015167725607
Email: zielklar@dunja-brand.de
Instagram: [zielklar.achtsam](https://www.instagram.com/zielklar.achtsam)

45 Euro
pro
Person