

EIN SEMINAR FÜR TRAUERENDE

KRAFTQUELLEN AUFSUCHEN

Freitag, 21. November 2025
15 bis 18 Uhr

Es gibt Zeiten, die sehr herausfordernd sind und Kraft brauchen.

Danach tut es gut für sich zu sorgen:

Mit anderen gemeinsam, sanft bei Dir ankommen und die Kraftquellen aufsuchen.

Ruhige Übungen aus dem Yoga und Achtsamkeitspraktiken sind dafür besonders geeignet.

Denn in der Ruhe liegt die Kraft.

Die Teilnahme kostet 45 €.

Anmeldung:

Eva Scholtyssek

Yogalehrerin BDY

MBSR Lehrerin

Tel.: 0171/75 27 167

info@ruhepol-dresden.de

Ort:

Praxis Moksha, 4. OG

Arnoldstraße 16

01307 Dresden