



MEDITATION NEU ENTDECKEN – EINFÜHRUNG IN DIE BEWEGUNGSMEDITATION

Workshop mit Gerrit Kirstein
Samstag, 21. Oktober 2017, 15:00 - 18:00 Uhr
im Oste-Hotel, Bremervörde

Lernen Sie die Grundlagen einer Bewegungsmeditation kennen. Mit rhythmischen Bewegungen und Atemübungen machen Sie bei inspirierender Musik neue Erfahrungen in Körper und Geist. So eröffnet sich ein weiterer Weg zu Gelassenheit, Entspannung und Wohlbefinden.

Gebühr 22 Euro (inkl. Getränke)
Anmeldung und Ticketverkauf über die
Tourist-Information Bremervörde
Tel. 04761-987142

Zum Workshop bitte bequeme Kleidung, warme Socken
und eine Decke mitbringen.



Natur ^{und}
Erlebnispark
BREMERVÖRDE

