

Workshop Achtsamkeit Stressbewältigung Meditation



*unter der
Leitung von
Sonja*



25 € Mitglieder
39 € Nichtmitglieder

Möchtest Du mehr Achtsamkeit in Dein Leben bringen,
Stress abbauen und die Vorteile von Meditation
erfahren?

Erlerne dies anhand praktischer Übungen,
die Du danach einfach in Deinen Alltag
integrieren kannst.

SAMSTAG, 29. MÄRZ 2025 | 10 - 13 UHR

IN RAUM A

**ANMELDUNG UNTER
INFO@SPORTFREUNDE-RODGAU.DE**

**NEUER
TERMIN !!**