



Tag der Achtsamkeit

13. April 2019

Langenselbold

Ankommen und Einstimmen

MEDITIEREN

Achtsam MITEINANDER

Achtsam GEHEN

Meditieren in der NATUR

Achtsam ESSEN

AUSKLANG

Tag der Achtsamkeit
am **13. April 2019, 10 – 16.00 Uhr**
In der Natur und
Praxis Janet Ebert
Weinberggring 36
63505 Langenselbold

Teilnehmer:
4 - 8 Teilnehmer

Dein Beitrag:
55 – 75 Euro - wähle selbst
(inkl. Kursmaterial, kleiner Snack und Getränke)

Anmeldung:
schriftlich per Email bei
Janet Ebert,
ja@zufrieden-mit-sich.de
telefonisch 06184 993 12 13



Mediation • Beratung • Training

Janet Ebert