



*Kurzurlaub für die Seele*

# EIN ENTSPANNENDER AUSZEIT-ABEND

DO., 22. MAI // 19:00 UHR

---

Ein Abend nur für dich – Abschalten, Auftanken & Wohlfühlen!

Fühlst du dich oft gestresst und ausgepowert? Sehnt du dich nach einer kleinen Pause vom Alltag, in der du dich vollkommen entspannen kannst? Gönn dir eine Auszeit, ganz ohne Reiseaufwand!

Was dich erwartet:

- ✓ Wohltuende geführte Meditationen für mehr innere Ruhe
- ✓ Sanfte Wellness-Anwendungen zur Entspannung
- ✓ Alltagstaugliche Entspannungsideen für mehr Gelassenheit im Leben
- ✓ Eine liebevolle Atmosphäre, in der du einfach mal loslassen kannst
- ✓ Ein Abend, der dich zur Ruhe kommen lässt und neue Kraft schenkt!

---

Anmeldung über: DRK Mehrgenerationenhaus Oerel

04765 - 2054960

Kursgebühr: 25,00 €

Bitte eine Decke mitbringen!

KURS DER



GEESTEQUELLE