



YOGA AUSZEIT



wir helfen kindern



JEDEN MITTWOCH

UM 17 UHR (CA. 60 MIN.)

FÜR PATIENT*INNEN (AB 12 JAHRE), ANGEHÖRIGE & WPE-MITARBEITER*INNEN

IN DIESEM KURS WIRST DU ZEIT HABEN, EINEN MOMENT ZUR RUHE ZU KOMMEN. SANFTE KÖRPERLICHE ÜBUNGEN, ATEMÜBUNGEN, ENTSPANNUNGSTECHNIKEN UND MEDITATION WERDEN DIR DABEI HELFEN. DU BRAUCHST KEINERLEI VORKENNTNISSE.

ICH FREUE MICH AUF EUCH!!



ANMELDUNG AN DER REZEPTION AM WPE ODER PER E-MAIL AN SABINE.FRISCH@UK-ESSEN.DE