



ladenatelier federleicht

TAGES- RETREAT

Frühlingserwachen

Das Frühjahr steht für das Wiedererwachen der Natur.

Bring gemeinsam mit uns deine Energie zum Fließen und nutze dafür Atmung, Bewegung und Vorstellungskraft.

Wir verbinden diesmal Qigong mit der Franklin-Technik und wenden uns besonders der Entgiftung, sowie dem Lymphfluss zu.

Unser gemeinsames DIY-Mittagsbuffet stellen wir unter die Vorzeichen der basischen Ernährung.

Und natürlich werden passende Klänge und eine angeleitete Meditation den Tag begleiten.

Weitere Informationen in Kürze.

Wann: Sa 16.03.2024
10.00 - 17.00 Uhr

Wo: atelier federleicht,
Leipziger Str. 25, 01662 Meißen

Kosten: ca. 105 €
inkl. Übungs-Skript, Getränke und Besuch bei
Thermalmassage Meißen
10% Frühbucher-Rabatt bis zum 31.01.2024



Wer: **Nataliya Urban** Dein Weg Qigong
Livia Seifert atelier federleicht

Kontakt:

Livia Seifert
Tel. 0173 5935075

Nataliya Urban
Tel. 0152 57935338

e-mail: info@liviaseifert-federleicht.de