QI GONG

Übungen zur körperlichen und energetischen Ertüchtigung

MEDITATION

Übungen zur körperlichen und geistigen Entspannung

WELLNESS

Lass dich einfach überraschen

Die meisten Menschen atmen nur noch lebenserhaltend, aber nicht gesunderhaltend (Yogi Vidyananda)

Termine:

14.12.26	15:30 -17:00 Uhr
15.12.26	19:00 -20:30 Uhr

Kosten:



Es grüßt Sie
Ihre Sigrid Seibel

Anmeldung und Fragen:
Sigrid Seibel
0175-8622 628
siggi-seibel@gmx.de
Kursleiterin Meditation, Pilates

Kursort:
Gemeinderaum
St. Michael Kirche
Zum Herrenholz
Dreibergen,
Bad Zwischenahn



Evangelische Erwachsenenbildung Niedersachsen
Regionalstelle Oldenburg
Peterstraße 38
26121 Oldenburg
Tel.: 0441 925 620
eeb.oldenburg@evlka.de