

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:

06.01.27	19:00 - 20:30 Uhr
07.01.27	15:30 - 17:00 Uhr

Kosten:



Es grüßt Sie
Ihre Sigrid Seibel

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

Kursort:
Turmzimmer
St. Johannes-Kirche,
Bad Zwischenahn



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