

WORKSHOP MOVING MEDITATION

Bei der bewegten Meditation hast Du die Gelegenheit,
Dir Zeit für Dich im Hier und Jetzt zu nehmen.

Bewege Deinen Körper achtsam,
spüre Deinen Rhythmus und
beruhige Deinen Geist.

zoEspaces
Elsässerstrasse 34
4056 Basel
www.raumfuermich.ch



Claudia Jeger
dipl. Bewegungspädagogin

WORKSHOPDATEN 2020

jeweils von 10:00 bis 11:30 Uhr

Sonntag, 05. Juli 2020

Sonntag, 16. Aug 2020

Sonntag, 06. Sep. 2020

Sonntag, 04. Okt. 2020

Sonntag, 01. Nov. 2020

Sonntag, 13. Dez. 2020



Moving Meditation Workshops kannst Du ohne Vorkenntnisse besuchen.

Ich freue mich auf unsere Zusammenarbeit.

Verbindliche Anmeldung

info@raumfuermich.ch

077 410 19 77

Workshop à 90 Minuten p.P. CHF 40.-