

"Ich bin noch nicht müde..."

SeelenSport®-

Workshop für Mütter



Am 14. August 2021 von 11:00 bis 15:00 Uhr online via Zoom.



Du brauchst: bequeme Sportkleidung, eine Matte, rutschfeste Socken, etwas zu trinken und Platz um dich herum, ein Endgerät mit Kamera, Internet



Du hast die Möglichkeit, Dich mit anderen Müttern auszutauschen. Denn Du bist nicht allein!



Du lernst SeelenSport®-Übungen kennen, angeleitet von zwei SeelenSport®-Trainerinnen, und kannst sie in deinen Alltag integrieren.



Freue Dich auf DEINE Zeit!



Was erwartet Dich?

- Austausch mit Gleichgesinnten
- Ausgleich durch Bewegung
- Auszeit in den eigenen 4 Wänden

Wer erwartet Dich?



Melanie Görtz

Dein Raum Deine Zeit



Christina Theis

Zeit für Deine Gefühle

Wie bin ich dabei?

Anmeldung bis zum 07. August 2021

unter: coaching@christinatheis.de

Kosten: 75,- €