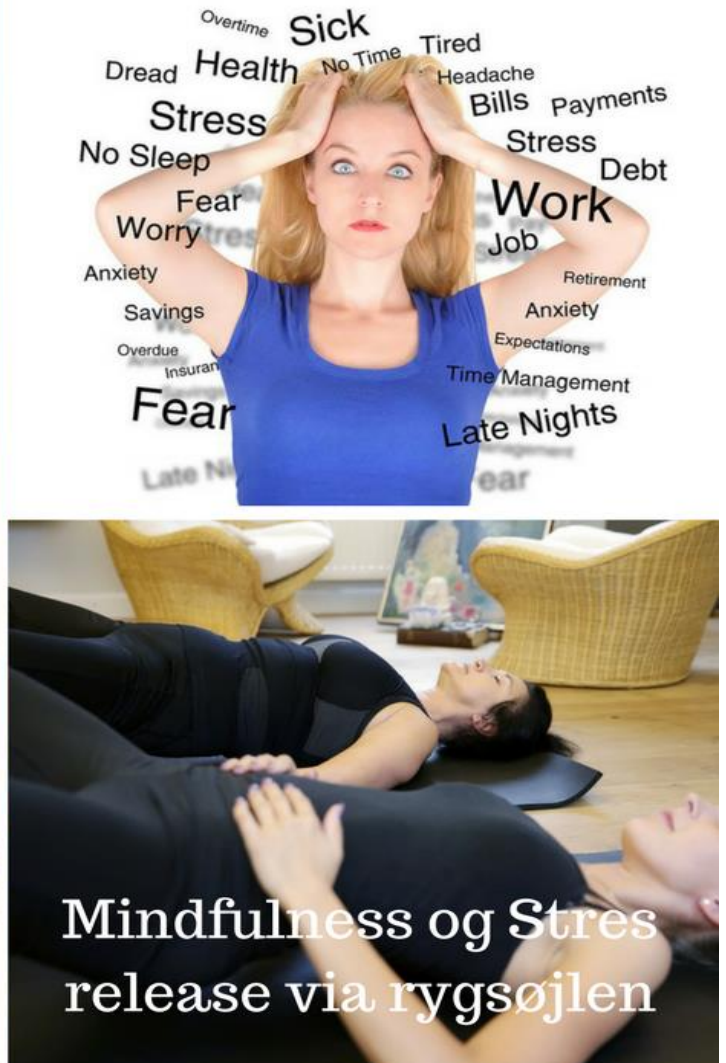




Forløs din stress både fysisk, psykisk, mental og helt nede på celle plan 4 x workshop

D. 28/5 + 4/6 + 11/6 + 18/6 - 2018
kl. 10.00 - 11.00



Sted: Hobro HelseSport – Danse salen.

Påklædning: afslappet tøj.

NYT FORLØB!!!

Program/kl. slet: kl. 10.00 – 11.00

D. 28/5 – Stress Release – TRE - (Frigivelse af spændinger i psoas og rygsøjlen)

D. 4/6 – Mindfulness – (Du føres ind i en dyb afslappende meditativ tilstand).

D. 11/6 – Stress Release – TRE - (Frigivelse af spændinger i psoas og rygsøjlen)

D. 18/6 – Mindfulness - (Du føres ind i en dyb afslappende meditativ tilstand).

Pris: Kr. 4 x workshop kr. 300. Eller kr. 100 pr. gang, - medbringes kontant.

Forudsætninger: Alle kan deltage – TRE metoden vil jeg dog ikke anbefale gravide. Eller hvis du pt. er meget ude af psykisk balance. Få individuel hjælp!

Begrænset antal pladser: Tilmelding nødvendigt! Vil du sikre dig 1 plads til alle 4 gange, skal du tilmelde dig hele forløbet!

Tilmelding/afregning: JKM@Tanke-feltet.dk – tlf. 6178 5744