

Dinsdag

Voormiddag

Wathuis Abdij

*Relaxatie en
Meditatie*

Annie Eysermans

Beschrijving Lichamelijke en geestelijke ontspanning, stoelyoga, zelfheling, innerlijke rust, ademhalingstechnieken en positief denken.

Doelgroep Geïnteresseerden

Materiaal Deken, matje, kussentje, sokken

Cursusgroep Algemeen vormend

Opmerking Frequentie: **Wekelijks, 9.15u-11.30 u**
Startdatum: 11 september 2018
Inschrijven tot: blijvend open, max. 17 deelnemers