

Vrijdag

Voormiddag

Diepterelaxatie

Wathuis Abdij

Roland Vanderstukken

Beschrijving Met relaxatie breng je rust in lichaam en geest. Door je aandacht naar binnen te richten laat je de buitenwereld voor wat die is en ontstress je. Na de relaxatie kan je je ervaring delen met de groep.

Doelgroep Voor iedereen

Materiaal Losse kledij

Cursusgroep Algemeen vormend

Opmerking Frequentie: wekelijks, 9.00 u - 11.30 u
Startdatum: 20 september 2019
Inschrijven: blijvend open, min. 6, max. 12 cursisten