

HAKA workshop mit Jutta & Markus

„Die eigene Kraft wahrnehmen, integrieren und zeigen“



Wir tanzen gemeinsam den HAKA, erleben unser eigenes Wachstum, werden immer mutiger, uns zu zeigen und uns zu vertrauen ...

Komm in Deine Ur-Kraft, fühle Dich gut gestärkt, steigere Deinen Selbst-Wert !

wann: Sonntag, 24. Februar 2019, 10 bis ca. 16 Uhr

wo: im Hause Yoga-Mitte-Koblenz, Rizzastraße 5

warum:

Dieser workshop ist für alle geeignet, die immer wieder an ihre Grenzen geraten wenn es darum geht, sich durchzusetzen, sich zu behaupten, für sich einzustehen.

Die Entwicklung in der Gruppe, wobei wir uns immer wieder untereinander stärken, bringt uns dauerhaft dazu, mutiger zu sein bei allem, was wir uns vornehmen. In Konflikten gelingt es uns immer mehr, bei uns selbst zu bleiben, verbunden mit einem guten Gefühl

wieviel: mit 55€ seid Ihr dabei – incl. Getränken für die Pausen

wie: lockere Kleidung, Mutige mit traditionellem outfit auf eigenen Wunsch; wir bieten Schminke an, wer das möchte

wer: Anmeldung per Mail bei Jutta jutta.roeser@t-online.de oder bei Markus info@he-al.de