

## Entspannung & Meditation im Herbst 2024



**Du lernst verschiedene Entspannungsmethoden kennen.**

Du benötigst keinerlei Vorkenntnisse. Bringe einfach Neugierde und die Bereitschaft mit, etwas Gutes für Dich zu tun.

**Daten:** Mittwoch 06.11.24 / 13.11.24 / 20.11.24 / 27.11.24 / 04.12.24 / 11.12.24 /

Die Daten können einzeln gebucht werden

**Zeit:** 19.00 bis ca 20.00 Uhr

**Preis:** Fr.30.00

**Wo:** Grab Medical Fitness und Therapie Rösslistrasse 1b 8646 Wagen

**Anmeldung:** Ursi Grab 079 613 60 69 [ursi.grab@bluewin.ch](mailto:ursi.grab@bluewin.ch)

Da die Teilnehmerzahl beschränkt ist, brauche ich eine Anmeldung von Dir. 😊