

Montag
28. Januar 2019 · 17:30-20:00 Uhr
Frauenbildungsnetz M-V e.V.
Heiligengeisthof 3, 18055 Rostock

Sofort stressfrei

Der Entspannungsworkshop
mit Marlis Brehmer

Entspannungsworkshop



Sofort stressfrei

Der Entspannungsworkshop

Erfahren Sie, wie Sie in wenigen Minuten Stress-frei sind, wie Sie sich selbst von Ängsten befreien können, welche Form der Entspannung zu Ihnen passt und wie Sie trotz Stress gut schlafen.

Darüber hinaus erleben Sie, wie sich Entspannung überhaupt anfühlt und nach dem Workshop fühlen Sie sich so erholt, wie nach einer Woche Urlaub!

Workshopleitung: Marlis Brehmer (weitere Informationen unter www.stress-a.de.)

Matten und Decken werden zur Verfügung gestellt

Workshopgebühr: 25 Euro

Anmeldung bis zum 21. Januar 2019



gender
gestaltet
gesellschaft

G3, Frauenbildungsnetz M-V e.V.
Heiligengeisthof 3
18055 Rostock

Telefon und Fax 0381 – 490 77 14
anmeldung@frauenbildungsnetz.de
www.frauenbildungsnetz.de

Das Projekt wird gefördert
aus Mitteln des Landes
Mecklenburg-Vorpommern.