



Zapchen Schnupperabend

ZAPCHEN Schnupperabend

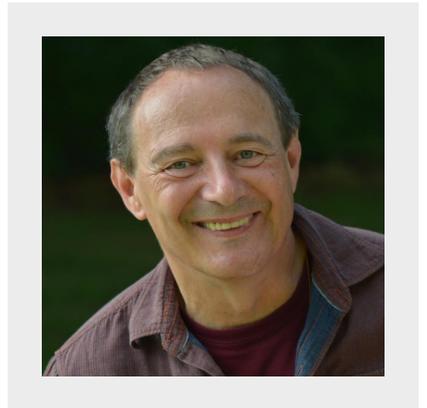
Mittwoch, 2. Dez 2020, 19:00 - 21:30 Uhr

Diese Abende sind eine Einladung an alle, die die entspannende, wohltuende und regenerierende Wirkung von ZAPCHEN Somatics kennenlernen möchten.

Und gleichermaßen die Einladung an alle, die mit den Basisübungen schon vertraut sind und diese in good company vertiefen möchten.

Die einfachen und anstrengungslosen Basisübungen erzeugen spontane Freude und Lebendigkeit und fördern Achtsamkeit und Körpergewahrsein und beleben dabei die ureigenen Ressourcen - unabhängig von aktuellen Umständen, in denen wir uns gerade befinden.

ZAPCHEN Somatics kann ohne Vorerfahrung und in jedem Alter und Gesundheitszustand praktiziert und geübt werden. Ein spezielle Fitness ist nicht nötig.



Jens-Eric Frick

Anmeldung: (bis 02.12.2020)

Jens-Eric Frick
jensfrick@zapchen.at
0676 / 770 1344
www.eisenbergerhof.at

Preis:

€ 30,-
€ 25,- für LeNa Mitglieder



Begegnung & Gesundheit
Eisenbergerweg 45, 8045 Weinitzen

