Zeit für Dich

Ein Nachmittag voller entspannender Impulse:
Urlaub für Dich und deinen Körper

- Qigong Übungen zum Kennenlernen
- Body Scan - den Körper achtsam wahrnehmen
- Handmassage
- wohltuendes, kreislaufregulierendes Fußbad mit ätherischen Ölen
- Meditation zur Tiefenentspannung
- inkl. Wasser und Bio-Obst

Termin:	Sonntag, 22. November 2026 von 14:30 - 18:00 Uhr
Preis:	60,00 EUR pro Person
Ort :	BKM Forum / Sparkasse • Scharmeder Str. 49 • Scharmede
Anmeldung:	Heilpraktikerin Heike Schweppe • Tel.: 0177-2410953
	Heilpraktikerin Anne Altrogge • Tel.: 0174-4021468
	Email an: anne.altrogge@paderborn.com