

Zeit für mich

Klangschalen | Achtsamkeit | neue Energie

UNSERE KURSE IM ÜBERBLICK

Die Seele baumeln lassen

2 Einzeltermine

Entspannung mit Klangschalen

Sa 12.09.2026 **14:00-17:00 Uhr**

Kursnummer: 26H3011215

16,56 €

Sa 31.10.2026 **14:00-17:00 Uhr**

Kursnummer: 26H3011315

16,56 €

Progressive Muskelentspannung

10 Termine

Entspannung mit Klangschalen

Ab Di 22.09.2026 **18:00-19:00 Uhr**

Kursnummer: 26H3011415

73,58 €

Auszeit vom Alltag

5 Termine

Resilienz stärken mit Unterstützung von Klangschalen

29.09. | 13.10. | 03.11 | 17.11 | 01.12.2026

Kursnummer: 26H3011615

45,98 €

19:15-20:30 Uhr

Entspannt ins Wochenende

2 Termine

Mit wohltuenden Klangschalen

Fr 16.10. + 30.10.2026

18:00-19:00 Uhr

Kursnummer: 26H3011415

22,08 €

Wo?

Tagungs- und Kongresszentrum
Eichendorffstr. 2 | Bad Sassendorf

Mitbringen

Gymnastikmatte, Decke, Kissen,
bequeme Kleidung, warme Socken

Jetzt Anmelden!

www.vhssoest.de oder 02921 103-1333

