

Gelassen in die Woche starten **MORGEN-MEDITATION**

im Pfarrsaal Hitzendorf

**Stress abbauen
Energie tanken
Kreativität steigern
Gedankenkreisen stoppen**

Mit Anleitungen für mehr Gelassenheit im Alltag.

Beginn: Montag, 24.09.2018

jeweils Montags, 6 Einheiten (bis 29.10.2018)

Uhrzeit: 08:30h – 09:30h

Ort: Pfarrsaal Hitzendorf, 8151 Hitzendorf 1

Preis: € 72,- /pro Person für alle 6 Einheiten

Leitung: Andrea Glehr-Schmit, MSc

Psychologische Beraterin, Dipl. Achtsamkeits- & Entspannungstrainerin

Anmeldung erforderlich:

0664/47 79 308 oder

per Mail info@stuetzpkt.at