

Oasentag für Frauen

Eine Reise zu mir selbst – Ein Oasentag im Grünen

Die Natur erleben, Ruhe und Balance finden, Zeit für sich haben
Wir möchten ihnen an diesem Tag die Möglichkeit geben, einmal innezuhalten, zu entschleunigen, die Achtsamkeit auf sich selber zu lenken.

Mit einer Mischung aus Bewegungsangeboten im Freien, Entspannungsübungen und spirituellen Impulsen wollen wir den Tag ganz nach ihren Wünschen gestalten, uns Zeit für gemeinsame Mahlzeiten nehmen und mal einen Tag nur an uns denken.

Rahmen- und Leistungsangebot:

Veranstaltungsort: Kardinal-Schulte-Haus, Bergisch-Gladbach
Leitung: Daniela Otto
Bekleidung: Bequeme Freizeit/Sportbekleidung
Teilnehmerzahl: mind. 12 Personen, max. 15 Personen
Verpflegung: Nachmittagskaffee und Abendessen inklusive

Termin: Freitag, 20.05.2022, 14.00 bis ca. 19.00 Uhr

Kosten: 59.- EUR

Anmeldeschluss: 04.04.2022 (bitte immer schriftlich oder per E-Mail anmelden)*.

Diese Veranstaltung kann als Teil der ÜL-Lizenzverlängerung anerkannt werden.

Anmeldungen an die DJK-Geschäftsstelle:

Am Kielshof 2 51105 Köln
Telefon: 0221 / 99 80 84 0
E-Mail: info@djkdvkoeln.de

Bild: pixabay

