

Einladung

Geheimtipp Polarity: Energietherapie gegen Stress und Erschöpfung

Polarity ist ein noch weitgehend unbekanntes, aber bemerkenswertes Gesundheitskonzept, das eine Brücke zwischen östlicher und westlicher Medizin schlägt. Für unser alltägliches Wohlbefinden, mehr Schwung und Gelassenheit hält Polarity einige einfache Prinzipien und Übungen bereit.

Ich freue mich, Ihnen im Rahmen eines Einführungs-Workshops die Gelegenheit zu geben, Polarity in (etwas) Theorie und (viel) gemeinsamer Praxis kennen zu lernen.

Es erwartet Sie

- ❖ ein kurzer spannender Vortrag mit Raum für Ihre Gedanken und Fragen
- ❖ das Kennenlernen und Spüren Ihrer „energetischen Anatomie“
- ❖ gemeinsame vitalisierende und energetisierende Übungen, für die man nicht sportlich sein muss
- ❖ eine angenehme Abschluss-Entspannung, bei der Sie Kraft und Ruhe tanken können.

Wer daran Gefallen findet, ist herzlich zu der daran anschließenden Serie von 8 einstündigen Abendterminen eingeladen, die am 5. Oktober startet und Sie mit weiteren energetischen und entspannenden Übungen vital und wohlbehalten durch die dunklen Jahreszeit bringen soll.

Einführungsworkshop: Samstag, 11.09.2010, 10:30 - 12:30 Uhr
Kostenbeitrag: 12,- €

Anzahl der Folgetermine: 8 (jeweils dienstags von 19:00 - 20:00 Uhr)
Beginn: 05. Oktober 2010
Letzter Kursabend: 30. November 2010
Kosten pro Teilnehmer/Abend: 9,- €

Veranstaltungsort: Kinderland Nelkenstraße
Nelkenstraße 2, 49479 Ibbenbüren

Bitte mitbringen: bequeme Sportbekleidung
Decke und/oder Isomatte

Während der Kurszeiten besteht die Möglichkeit der Kinderbetreuung durch ein erfahrenes Kindermädchen - bitte mit anmelden, falls erforderlich!!!