



Yoga für Trauernde

Der Sozialdienst katholischer Frauen bietet ab September wieder einen Kurs

„Sanftes Yoga für Trauernde“ an.

Der Kurs findet im Zentrum St. Hildegard, Bahnstraße 26 in Bad Kreuznach, statt. Er umfasst sechs Einheiten á 1,5 Stunden und kostet 90,- €.

Geleitet wird der Kurs von der Yogalehrerin und Trauerbegleiterin Sylvia Fichtel. Mit sanften Übungen wird die innere Stabilität gefördert, so können Trauernde neue Kraft schöpfen und es kann mehr Leichtigkeit im Leben entstehen. Der Kurs beginnt

**am Donnerstag, den 08.09. 2022
um 17.30 Uhr**

Anmeldung und weitere Informationen bei Sylvia Fichtel (Tel. 0160 8429733).



Yoga für Trauernde

Der Sozialdienst katholischer Frauen bietet ab September wieder einen Kurs

„Sanftes Yoga für Trauernde“ an.

Der Kurs findet im Zentrum St. Hildegard, Bahnstraße 26 in Bad Kreuznach, statt. Er umfasst sechs Einheiten á 1,5 Stunden und kostet 90,- €.

Geleitet wird der Kurs von der Yogalehrerin und Trauerbegleiterin Sylvia Fichtel. Mit sanften Übungen wird die innere Stabilität gefördert, so können Trauernde neue Kraft schöpfen und es kann mehr Leichtigkeit im Leben entstehen. Der Kurs beginnt

**am Donnerstag, den 08.09. 2022
um 17.30 Uhr**

Anmeldung und weitere Informationen bei Sylvia Fichtel (Tel. 0160 8429733).



Yoga für Trauernde

Der Sozialdienst katholischer Frauen bietet ab September wieder einen Kurs

„Sanftes Yoga für Trauernde“ an.

Der Kurs findet im Zentrum St. Hildegard, Bahnstraße 26 in Bad Kreuznach, statt. Er umfasst sechs Einheiten á 1,5 Stunden und kostet 90,- €.

Geleitet wird der Kurs von der Yogalehrerin und Trauerbegleiterin Sylvia Fichtel. Mit sanften Übungen wird die innere Stabilität gefördert, so können Trauernde neue Kraft schöpfen und es kann mehr Leichtigkeit im Leben entstehen. Der Kurs beginnt

**am Donnerstag, den 08.09. 2022
um 17.30 Uhr**

Anmeldung und weitere Informationen bei Sylvia Fichtel (Tel. 0160 8429733).



Yoga für Trauernde

Der Sozialdienst katholischer Frauen bietet ab September wieder einen Kurs

„Sanftes Yoga für Trauernde“ an.

Der Kurs findet im Zentrum St. Hildegard, Bahnstraße 26 in Bad Kreuznach, statt. Er umfasst sechs Einheiten á 1,5 Stunden und kostet 90,- €.

Geleitet wird der Kurs von der Yogalehrerin und Trauerbegleiterin Sylvia Fichtel. Mit sanften Übungen wird die innere Stabilität gefördert, so können Trauernde neue Kraft schöpfen und es kann mehr Leichtigkeit im Leben entstehen. Der Kurs beginnt

**am Donnerstag, den 08.09. 2022
um 17.30 Uhr**

Anmeldung und weitere Informationen bei Sylvia Fichtel (Tel. 0160 8429733).