



Die Seele atmen lassen

Entschleunigen

Entspannen

Ein Wellnessstag für Körper und Seele

Ruhe genießen

Den Wald wirken lassen



Sie fühlen sich reif für die Insel, aber die ist gerade nicht in greifbarer Nähe? Dann kommen Sie doch zu unserem Wellnessstag für Leib & Seele ins Jammertal. Einige geschützte Stunden, die einladen, mal weg zu sein, runterzufahren, sich rundum Gutes zu tun: Spirituelle Impulse und Entspannungsübungen helfen dabei.

Samstag, 22. Oktober 2022

9.30 Uhr bis 16.30 Uhr

Max. 12 TeilnehmerInnen

105,-€ incl. 2 Wellness-Kaffeepausen mit Vitalbar, Mittagessen

Begleitung durch Beate Bresser, Entspannungspädagogin und Heinrich Plaßmann, Pfarrer

Landhotel Jammertal, Redder Str. 421, 45711 Datteln

Bitte mitbringen: kleines Kissen, Duschhandtuch, dünne Woldecke, dicke Socken

Hinweis: nach erfolgter schriftlicher Anmeldung gelten bei Abmeldung vor Beginn der Veranstaltung folgende Stornogebühren, wenn der Platz nicht wieder besetzt werden kann: ab 30—4 Tage: 30%; ab 3 Tage: 90%.

Ihr Motto an diesem Tag: ICH BIN ES MIR WERT

Entspannungsübungen

Atemübungen

Spirituelle Impulse

Phantasiereise mit Klangschale

Begegnung mit der Natur

Segensfeier

Weitere Informationen:

Beate Bresser, 02368/80005, bresser.kbw-oe@gmx.de

Veranstalter:

Bildungswerk der KAB, Schillerstr. 44b, 48155 Münster



Anmeldung

Die Seele atmen lassen 22. Oktober 2022

Name

Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Geb. Datum

Tlf.

Mail

Bitte Karte per Post an
**Bildungswerk Oer-Erkenschwick, Beate Bresser, Kirchstr.58,
45739 Oer-Erkenschwick**
oder per Mail an **bresser.kbw-oe@gmx.de**

Einzugsermächtigung

Teilnahmegebühr 105,-€

Die Seele atmen lassen 22.Oktober 2022

Kto-Inh.

IBAN

Bank

Datum

Unterschrift