



Mindfulness

Een manier van ZIJN en LEVEN

De avonden bestaan uit;



Geleide sessies



Kleine oefeningen met als doel de integratie van Mindfulness in je dagelijkse leven te versterken

Data: Zie agenda op de website

Iedere woensdagavond van 19.30 – 21.00 uur

Kosten: Alle 10 avonden, € 250,- ineens te betalen

Losse avonden, € 35,- contant te voldoen

Inclusief thee en water

Matjes aanwezig (eventueel deken en kussen zelf meenemen)

Info/Opgave: Holistische Praktijk De Roos

050 30 49 347

06 48 355 860

www.holistischepraktijkderoos.com