

Einfache Übungen helfen, den eigenen Körper achtsam wahrzunehmen. Die Übungen zur „Wohlspannung“ (= Eutonie) werden ergänzt durch leichte, meditative Tänze.

weiterlesen

Bitte warme Socken und ein großes Handtuch als Unterlage mitbringen!

*Birgit Eisinger*

Anmeldung für das 1. Halbjahr ab Januar

Anmeldung für das 2. Halbjahr ab Mai

---

Foto: © [janeb13](#) · [pixabay.com](#)

Datum | Zeit

08.02.2022 | 16:00 - 17:30 Uhr

Suchbegriffe - [Eutonie](#), [meditative Tänze](#), [Wohlspannung](#)

Adresse

Loreleystraße 7

50677 Köln

Deutschland

Ort

[Seelsorge & Begegnung | Paulushaus](#)



---

[← zurück zur Übersicht](#)

---

Diesen Termin in Ihren Kalender übernehmen

In Ihren APPLE Kalender übernehmen →

[iCal](#)

In Ihren GOOGLE Kalender übernehmen ↓

