

Schreib- und Klangreise

Finde zurück zu dir selbst mit
kreativem Schreiben, Achtsamkeit
und Tiefenentspannung.

Kreativer Schreibworkshop mit Klangschalenmeditation

Mache Dich schreibend auf die Reise zu Dir selbst und gönne Dir eine kleine, entspannte Auszeit vom Alltag.

Wir geben Impulse für das Schreiben persönlicher Texte in entspannter Atmosphäre und leiten zur Einstimmung und als Ausklang eine kurze Klangschalenmeditation an.

Du brauchst keinerlei Vorerfahrungen im Schreiben oder in der Meditationspraxis. Bringe einfach ein schönes Heft und ein Schreibgerät Deiner Wahl mit.

ZEIT: Samstag, 21. Juli 2018, 14-18 Uhr

ORT: Genuss-Schule Alfter, Brunnenstraße 44

KOSTEN: 45 Euro (inkl. Snacks & alkoholfreie Getränke)

LEITUNG: Dr. Kerstin Pilz (www.writeyourjourney.com)

Dr. Stefanie Pohle (Instagram @writeallyearround)

ANMELDUNG: Bis 10. Juli in der Genuss-Schule Alfter
oder per E-Mail (info@genuss-schule-alfter.de)

www.writeyourjourney.com - Facebook: @writeyourjourney - Instagram: @writeyourjourney / @writeallyearround