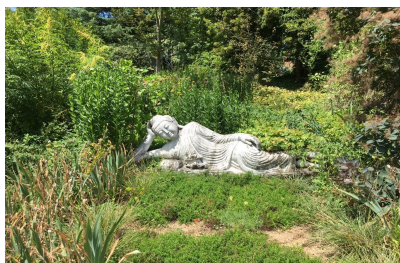


ENTSPANNUNG UND LOSLASSEN 2021/2022

Sommerentspannung für Frauen



In allen Lebensbereichen ist für Frauen eine Entspannungs- und damit Regenerationsfähigkeit wichtig, um im familiären und beruflichen Umfeld ihre "Frau zu stehen". An diesem "Entspannungstag" finden Sie die Möglichkeit mit verschiedenen freudvollen Entspannungsmethoden die eigenen Kraftquellen zu entdecken.

**Sonntag, der
08.08.2021
von 11.- 15 Uhr**

**Zentrum der Familie,
Kammergasse 16, 85354 Freising
Tel: 08161-4893-10**

Anmeldung:
www.zentrum.der.familie@kbw-freising.de

Info zum Ablauf bei:
Hannelore Graze
Tel: 08167-950070
www.lasslos.de

Meditation und Schweigen Kloster Scheyern



„Stille-Tage mit Meditation und Bewegung“

An diesem Wochenende kann sich der Körper und die Seele in die Stille begeben, eine komplette Auszeit und Rückzug vom Alltag.

Folgende Wochenende:
Fr. 12.11.-So. 14.11.2021
Fr. 29.04.-So. 01.05.2022
Fr. 18.11.-So. 20.11.2022

**(Selbstverpflegung)
max. 8 Pers**

Veranstaltungsort:
Kloster Scheyern
www.kloster-scheyern.de

Anmeldung:
Hannelore Graze
www.lasslos.de
Tel: 08167-950070

Meditation und Schweigen Pallotti-Haus Freising



Einkehr zu sich selbst !
Stille-Übungen aus dem Qi Gong, achtsames Gehen, Atemübungen und Meditationen werden angeboten.
Samstag schweigen. Neue Erfahrung sammeln, um evtl einen anderen Blickwinkel für den Alltag zu finden.

Wochenende:
Fr. 15.07.-So.17.07.2022

Info zum Ablauf bei:
Hannelore Graze
Tel: 08167-950070

(mit Vollpension)

**Pallotti-Haus Freising, Pallottinerstr.
2, 85354 Freising,
Tel: 08161-9689-810**

Anmeldung im Pallotti-Haus
www.pallottiner-freisi

Mehr Informationen gewünscht?, dann kontaktieren Sie mich gerne!

Hannelore Graze, hgraze@lasslos.de

