

Laat je licht schijnen - Bevrijd jezelf van schuldgevoel

Yoga Self-care workshop

Enschede/Borne, vrijdagmiddag 22 november 2019

Deze workshop geeft inzicht in het conflict in jezelf dat kan ontstaan door schuldgevoel.

En het biedt handvaten om uit de repeat modus van je gedachten te komen en je weer te verbinden met je gevoel en behoeften.

Je ervaart de werking van een specifieke yoga kriya, een ontspanningsoefening en een meditatie.

Daarnaast wissel je uit over het thema schuldgevoel.

Wanneer: 22 november 2019, 13.00 – 16.00 uur

Waar: Enschede/Borne

Kosten: 45 euro, te voldoen bij aanmelding.

Aanbieding: Kom je samen, dan betaalt de tweede persoon 50%.

Je bent van harte welkom.

Voor AANMELDING of MEER INFORMATIE:

YogaBorne@gmail.com



Ivonne Wopereis
www.YogaNatuurlijk.org

