Bildungsurlaub - Yoga - Heute mal entspannt

Bildungsurlaub - Yoga - Heute mal entspannt

Wir wollen immer unser Bestes geben - im Beruf - in der Familie - im Alltag. Bevor die Reserven erschöpft sind, brauchen wir eine Auszeit, um die „Batterien“ wieder aufzuladen. Yoga bietet hierzu eine breite und tiefe Erfahrungsebene an. Yoga zum Erneuern Ihrer Energien - zum Stabilisieren Ihrer Gesundheit - zum Erfahren von Stressfaktoren - zum Umgang mit sich selbst und anderen. Diese Erfahrungen nehmen Sie mit in Ihren Alltag, in Ihren Beruf, in Ihre Familie. So können Sie sich z.B. Situationen im Arbeitsleben besser anpassen und sich behaupten ob intern mit Vorgesetzten, Kolleg/innen oder Mitarbeiter/innen oder extern Kunden. Geübt wird in der Yogatradition des Viniyogas.

Was?

Link zum Angebot

Weiter zum Angebot

Kursleitung/Ansprechperson

Herrn ter Horst

Alter des Kindes

altersunabhängig

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Nein

Link zur Anmeldung

Weiter zur Anmeldung

Kosten des Angebots

169,50 €, bei 8 TN, inkl. Nebenkosten

Wann?

Termin(e)

17.02.2025 - 21.02.2025, 09:00 - 15:00 Uhr, 5 x

Angebotstermin

Von 17.02.2025 (09:00 Uhr) bis 21.02.2025 (15:00 Uhr)

Wo?

Pfarrheim Nörvenich, Hirtstr. 10

Hirtstraße 10
52388 Nörvenich

Trägerschaft

Stadtverwaltung Düren

Kaiserplatz 2-4
52349 Düren

Art des Trägers

Öffentlicher Träger

Name Kontaktperson

Frau Dr. Viol

Telefon

02421 25-2578

Email

w.viol@dueren.de

Link Träger

Weiter zur Homepage des Trägers