KURSE im DEZEMBER



Der „Erfahrbare Atem“ nach Prof. Ilse Middendorf®

Dem eigenen Atem auf die Spur kommen

Ref.: Sigrid Blohm-Lahme, Atemtherapeutin

Fr. 04.12., 17:30 Uhr bis **So. 06.12.26**, 16:00 Uhr

Kursnr.: X-1204-01
€ 339,- inkl. Vollverpflegung u. Übernachtung

Anhalten, Warten, Weichenstellen

Mit Entspannungstechniken
neue Kraft schöpfen

Ref.: Martina Panzer, Roberto Di Buccianico

Sa. 05.12., 9:00 bis **So. 06.12.26**, 16:00 Uhr

Kursnr.: X-1205-01
inkl. Vollverpflegung u. Übernachtung € 279,-





„Silvester mal anders“ – Der Jahreswechsel 26/27

Zeit für sich und in Gemeinschaft, in Ruhe und Entspannung, mit Kulinarik und Humor

Ref.: Andrea Brink

Do. 31.12.26, 14:00 bis **Fr. 01.01.27**, 17:00 Uhr

Kursnr.: X-1231-01
€ 169,- inkl. Vollverpflegung u. Übernachtung

Mariengrund

BILDUNGSHAUS . TAGUNGSHAUS . GÄSTEHAUS

Nünningweg 133, 48161 Münster

Anmeldung: 0251 87112-0, info@haus-mariengrund.de