

„Und wie geht es DIR?“ – ONLINE Gesprächskreis und Achtsamkeit für Schwangere



Du bist schwanger?
Du suchst einen Raum für
Deine Gedanken und
Gefühle?

Du möchtest Deine Kraft
spüren und auch über
Deine Herausforderungen
sprechen dürfen?

Dann bist Du in meinem Kurs genau richtig!

Hier erwarten Dich:

Meditationen

**Verbindung
mit Deinem
Körper**

**Schreiben
und
Kreatives**

Austausch



- 4 Termine online per Zoom
- jeweils 2 Stunden
- 14-tägig
- Kleingruppe mit max. 10 Teilnehmerinnen



Extra Nr. 1

→ begleitende
WhatsApp-Gruppe mit
weiteren Impulsen



Extra Nr. 2

→ vor jedem Termin
eine Postsendung für
Dich

Melde Dich hier an:

