

MAAK EEN GOEDE START IN 2014?

Begin het jaar goed voorbereid zodat stressvolle situaties je niet meer van je stuk brengen!



IntroductieWorkshop* **STRESSREDUCTIE** dmv MINDFULNESS & ACT

Locatie : Personal Health Club,
Breitnerstraat 4 (naast Hilton Hotel)

Datum : Zondag 26 Januari 2014

Tijd : 13.30 - 15.30 uur

Voor iedereen die het komende jaar:

- Meer rust en ruimte in z'n hoofd wil.
- Beter wil omgaan met de drukte en stress van alledag.
- Meer in evenwicht en ontspannender in het leven wil staan.
- Aardiger en zorgzamer voor zichzelf wil leren zijn.

* De workshop gaat door bij voldoende aanmeldingen

Meer informatie en Opgave.....

Opgave en meer info kan bij Roeland Roos via info@alephinfinitys.com
of een sms sturen naar 0610690019.
Geef je Naam, tel.nr, emailadres op.