

Nächste Kurse von Annette Klassen

Mit Meditation das Immunsystem stärken

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Mit Meditationen, Atemübungen, Yoga und Achtsamkeitsübungen wie z.B. achtsames Essen, lernen wir alltagstaugliche Wege unser Immunsystem zu stärken. Kurzvorträge ergänzen das Wissen um das Zusammenwirken des Immunsystems mit der Lebensweise und Einstellungen. Bitte über www.sobi-muenster.de anmelden.

Beginn: 06.12.2025 **Ende:** 07.12.2025

Uhrzeit: 10-16 u.10-14 So. Uhr

Adresse

Sobi, Sozialpädagogisches Bildungswerk Münster

Achtermannstr. 10-12

48149 Münster