

### Martina Wenusch

Ich biete Dir einen Raum an, in dem Du zur Ruhe kommen kannst und bei Dir ankommst. Eine Zeit, in der Du durchatmen kannst. Du lernst, in den Körper hinein zu spüren und zu bemerken, wie Gedanken, Gefühle, Empfindungen kommen und gehen.

In einer wertschätzenden Atmosphäre kannst Du mehr über Themen wie Achtsamkeit, Stress und Selbstfürsorge lernen.

Für mich ist Achtsamkeit ein Weg der inneren Heilung und auch der Selbstermächtigung, um mit Leichtigkeit und Freundlichkeit in der Welt zu sein.



### Adresse

Lambertweg 34

70565 Stuttgart-Dürrolewang

☎ 015731084843

✉ [martina.wenusch@hotmail.com](mailto:martina.wenusch@hotmail.com)