

coaching mit aikido wahrnehmen. verändern. im miteinander gewinnen		

Workshop: Mehr Gelassenheit im Alltag mit Aikido

Der berufliche und private Alltag entfernen uns immer wieder von einem entspannten und gelassenen Miteinander.

Im Workshop erleben Sie über einfache Aikido-Elemente und Körperwahrnehmung einen Eindruck, was Sie für sich selbst und im Umgang mit Ihren Mitmenschen verbessern können.

Voraussetzung sind lediglich normale psychische und körperliche Belastbarkeit. Wir bewegen uns in bequemer Freizeit- oder Sportkleidung.

Ich freue mich auf ein gemeinsames Erleben in entspannter Atmosphäre.

Termin: Dienstag, 13.11.2018

Uhrzeit: 9.00-12.00 Uhr

Beitrag: 36,- € Workshop

Ort: Wirthshof GmbH Campingplatz
Steibensteg 10
88677 Markdorf
(Dojo im Gymnastikraum)

Anmeldung: aktiv@wirthshof.de oder direkt an der Rezeption

Mindestanzahl Teilnehmer: 4 TN

Alfons Sproll
Batenkenweg 12
88048 Friedrichshafen
mail@alfons-sproll.de

Info: 07541 - 404 661