

Donnerstag

09. Juli 2020 • 11.00-13.00 Uhr und
Dienstag

14. Juli 2020 • 19.00-21.00 Uhr

Sofort stressfrei

Entspannungsworkshop
mit Marlis Maria Brehmer

(www.Marlis-Maria-Brehmer.com)

Online-Workshop



Sofort stressfrei

Klingt zu schön, um wahr zu sein ... ist aber möglich, sagt Marlis Maria Brehmer. Mit den Techniken aus ihrem Stress-Notfall-Koffer kann sich jeder sofort von beruflichem und privatem Stress befreien.

Die Zeit ist schneller denn je, und so müssen auch die Antistress-Techniken schnell funktionieren. Statt trockener Theorie gibt's hier knackige Praxis und Entspannung pur. Die Antistresstechniken werden direkt ausprobiert und auf ihre Wirksamkeit getestet.

Freuen Sie sich auf:

- *Sofort Stress-frei mit dem Stress-Notfall-Koffer*
- *Stress adé mit der Klopfakupressur*
- *Mini- und Maxientspannung*
- *Sofort wieder wach und leistungsfähig*
- *Bewegungen der Harmonie*
- *Ideen für die Pause*

Sie benötigen: bequeme Freizeitkleidung, eine Matte/Decke, ein Glas Wasser und ein(en) Computer/Tablet/ Laptop mit Internetzugang

Teilnahmegebühr: 29 Euro (Die Teilnehmerinnenzahl ist begrenzt)*

Anmeldung: Entscheiden Sie sich für einen der beiden Termine und melden Sie sich bis zum 06. Juli 2020 unter anmeldung@frauenbildungsnetz.de an.

**Die Stornierungsbedingungen finden Sie auf unserer Homepage: www.g3-mv.de*



G3, Frauenbildungsnetz M-V e.V.
Heiligengeisthof 3
18055 Rostock

Telefon und Fax 0381 – 490 77 14
anmeldung@frauenbildungsnetz.de
www.frauenbildungsnetz.de

Das Projekt wird gefördert
aus Mitteln des Landes
Mecklenburg-Vorpommern.