



Oase im Alltag

-

innere Balance mit Kinesiologie

In einer Oase befindet sich Wasser. Es ist lebenswichtig. Wasser fließt, sprudelt, plätschert, bewegt oder aber es steht und beruhigt. Und Wasser lässt wachsen.

Die einfachen Übungen in dieser Oase verhelfen zu innerer Ruhe, Entspannung und gleichzeitig neuer Energie. Daraus kann wieder Motivation entstehen und Neues wachsen.

Die kinesiologischen Übungen stärken unsere Sinne, unterstützen Gleichgewicht, Zentriertheit, Konzentration und Gedächtnis, Motivation, Geschicklichkeit und helfen Verspannungen zu lösen.

Wohlbefinden in Körper, Fühlen und Denken stellt sich ein.

Die Oase im Alltag ist offen für erwachsene Personen jeden Alters.

Daten: auf Anfrage

Dauer: 30 Minuten

Ort: Praxis für Integrative Kinesiologie
Seewadelstrasse 5, 8910 Affoltern am Albis

Kosten: Fr. 12.- pro Anlass / Fr. 50.- für 5 x

Der Einstieg ist jederzeit möglich, die einzelnen Anlässe sind in sich abgeschlossen.

Auskunft: Regula Klee-Hauser, 077 523 57 37 oder r.klee@integr-kinesiologie.ch