

Neuer Kursstart: Meditation und Entspannung

Wann: Dienstag, 02.08.2022

19:00 – 20:45 Uhr

**Wo: Ev. Kirchengemeinde Holzlar, 53229
Bonn**

Kosten: 95€ für 10 Termine, immer dienstags

Anmeldung über: <https://www.drk-bonn.de/kurse/familienbildung/meditation-und-entspannung/>

Das Leben mit der Familie ist wunderbar abwechslungsreich, manchmal aber auch herausfordernd. Das Ziel der Meditation ist es, den Geist zu fokussieren und dadurch zu beruhigen, um mehr Gelassenheit im Alltag zu finden.

Kursleitung: Kerstin Hambach



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Kreisverband Bonn e.V.