

Jeden Montag **Meditation**

19.00 – 21.00 Uhr 20,-- €

Meditation ca. 60 Min

Der Weg zu Dir, wo Deine Kraft auf Dich wartet

Mix-it ca. 60 Min

Mentales Training, Fragen,
Transformation, Tipps + Tricks,
Übungen, Themenaustausch,
Alltag bewältigen



Stimm' Dich auf die Woche ein!

Elvira Curcio

- Durch Regelmäßiges Meditieren lernen Sie aufmerksamer mit sich selbst umzugehen.
- Aufmerksamkeitsübungen fördern Balance leben zu können
- Balance liefert Ihnen Inneren Frieden
- Als Ergebnis dürfen Sie Wohlbefinden = Gesundheit ernten!
- Mentales Training fördert Ihr Potential - stärkt Ihre Inneren Kräfte

...to be in your spirit!

Elvira Cunow

Richard-Wagner-Str. 1

73098 Rechberghausen

Mobil: +49 172 983 05 31

kleineoase@elviraacunow.com

www.ElviraCunow.com



Elvira Cunow
Psych.-syst. Coach

Partnerpreise bitte anfragen!

Bitte um Anmeldung via Mail/Anruf/SMS/Whatsapp/facebook, damit die Plätze für alle ausreichen