

Ausgeglichen!

Workshops zu Ernährung,
Bewegung und Achtsamkeit

CHF 138

für einen Workshop

CHF 268

für beide Workshops

Sa, 27. Januar 2024
Genuss und Entspannung

Sa, 2. März 2024
Umgang mit Stress

jeweils von 9.30
bis 12.30 Uhr

Weiherweg 38,
Basel



Der perfekte Samstagmorgen: eine aktive
Trainingseinheit, Wissenswertes über
gesunde Ernährung und Anregungen
zur Achtsamkeitspraxis, abgerundet
durch einen kleinen Apéro.



Wir vermitteln Dir, wie
Du rundum ausge-
glichen leben
kannst!

