

Workshop «Mitten im Leben»



Bei diesem 8sam Workshop erfährst Du, wie Du eine Achtsamkeitsroutine in Deinem Alltag entwickeln und Deine Work/Life-Balance optimieren kannst.

Zudem beinhaltet der Workshop eine geführte Meditation sowie einen kleinen Apéro.



www.8sam-studio.ch

Dauer:
Freitag,
18 bis 21 Uhr

Ort:
8sam Studio, Muttenz

Anzahl Teilnehmende:
maximal 6 Personen

Kosten:
CHF 98

Early Bird-Preis*:
CHF 80

*bei Anmeldung auf www.8sam-studio.ch bis Ende Juli 2022