



Entspannung - Workshops & Seminare Stand Aug 2019

Spürbar entspannt - Einstiegskurs in die Entspannung

Welches ist für mich die richtige Art zu entspannen?

Kennenlernen verschiedener Entspannungsmethoden

Kleine Gruppe mit max 5-6 Teilnehmern

8 Abende à 60 Min, Montags 16:00 Uhr – 17:00 Uhr

€ **108,00**

Start: 13. August 2019

Veranstaltungsort: Ruhetöne, Silke Göbel,
Lückenstraße 10a, 56073 Koblenz, Lay

Nur die Ruhe - Wege zur Gelassenheit

Meditation und Entspannungstechniken

Kleine Gruppe mit max 5-6 Teilnehmern

8 Abende à 60 Min, Donnerstags 19:00 Uhr – 20:00 Uhr

€ **108,00**

Start: 15. August 2019

Veranstaltungsort: Ruhetöne, Silke Göbel,
Lückenstraße 10a, 56073 Koblenz, Lay

Stressless Business

Gesundheitsvorsorge und Prävention am Arbeitsplatz

Aktive Mittagspause, individuelle Kurse, Workshops und Seminare

Konzept und Angebot auf Anfrage

Spürbar entspannt - WE-Workshop

Welches ist für mich die richtige Art zu entspannen?

Kennenlernen verschiedener Entspannungsmethoden

Wochenend-Workshop inkl. vegetarisch/veganer Verpflegung

€ **295,00**

Kleine Gruppe mit max 5 – 6 Teilnehmern

Detaillierte Informationen zum Workshop-Programm auf Anfrage

Termin: 09.10. November 2019

Veranstaltungsort: Gesundheitspraxis SEHWEGE.online,
Brückenstraße 40, 56112 Lahnstein

Zurück zu [Ruhetöne](#).

Silke Virajá Göbel
Wellnesstrainerin · Entspannungstrainerin · Yogalehrerin BYV

eMail an [Ruhetöne](#)

Lückenstraße 10a · 56073 Koblenz
Telefon 0173-3035623 · eMail silke@ruhetoene.de · www.ruhetoene.de