



Seminare zur ganzheitlichen Gesundheit

Workshop „Ein Jahr wie meine Träume“

Wie erfülle ich mir meine Herzenswünsche in 2024 ?

Termin: Samstag, 20.01. 2024 von 14.00– 18.00 Uhr • Beitrag: 60,- Euro

Ort: Am Osthang 4, Königswinter-Ittenbach

Klangreise – Körperliche & Geistige Entspannung durch Klangschalen

Die Vibrationen der Klänge bringen Ihre Körperzellen in feine Schwingungen, wodurch sich diese gleichzeitig entspannen und vitalisieren können

Termine: Samstag, 2.12. 2023 | 3. Februar 2024 von 16.00– 17.30 Uhr • Beitrag pro Termin: 30,- Euro

Ort: Am Osthang 4, Königswinter-Ittenbach

Ganzheitliches Faszientraining mit Bällen & Faszienrollen

„Richtiges“ Rollen zur Vorbeugung und bei Verspannungen & Schmerzen im Bewegungsapparat

Termine: auf Anfrage

Hatha-Yoga

Termine: Dienstags von 18.30 - 20.00 Uhr & Donnerstags von 18.15 – 19.45 Uhr

Ort: Yoga- Schule in Königswinter-Oberpleis, Mozartstr. 6

Beitrag: Zehnerkarte 180,- €

Einzelarbeit nach Terminabsprache: siehe Homepage

Ute Neuhöffer - Wagenblasst

Entspannungs-, Atem- & Gesundheitspädagogin

Energearbeit für Mensch und Raum

Klangreisen & Klangmassagen

Pilates- & Yoga-Lehrerin



Anmeldung : 0 22 23 / 90 32 82 • info@balance-und-lebenskraft.de

www.balance-und-lebenskraft.de