



wertvoll
leben

Workshop Yoga & emotionales Essen



STRESS. MÜDIGKEIT. LANGEWEILE. Wann isst du?

Finde es heraus! Erforsche deine Essgründe und erfahre, welche Gefühle sich dahinter verstecken und wie du ihnen auf eine neue Art und Weise begegnen kannst. Fließende Yoga-Bewegungen unterstützen dich auf dieser Entdeckungsreise.

Daten 2023:

2. Juni 18-21h / 26. August 9-12h / 25. November 9-12h

Ort: Klingelehaus Naters

Anmeldung: www.nadinerieder.ch oder www.wert-leben.com