

Eine Reise zu mir selbst ein – Ein Oasentag im Grünen

Kooperationsveranstaltung des DJK
Sportverbandes Diözesanverband Köln e. V.

Wir möchten ihnen an diesem Tag die Möglichkeit geben, einmal innezuhalten, zu entschleunigen, die Achtsamkeit auf sich selber zu lenken. Die Natur erleben, Ruhe und Balance finden, Zeit für sich haben.

Mit einer Mischung aus Bewegungsangeboten im Freien, Entspannungsübungen und spirituellen Impulsen wollen wir den Tag ganz nach unseren Wünschen gestalten, uns Zeit für gemeinsame Mahlzeiten nehmen und mal einen Tag nur an uns denken.

Senden Sie Ihre Anmeldung bitte direkt an info@djkdvkoeln.de.

Nummer

23222-240

Datum

20.05.2022

Zeit

10:00 - 16:30 Uhr

Ort

Jugendbildungsstätte
Haus Altenberg e. V.
Ludwig-Wolker-Str. 12
51519 Odenthal-Altenberg

Zielgruppen

Mitarbeitende katholischer Einrichtungen und alle Interessierten

Referent/in

Daniela Otto
Referentin für Kirche & Sport
DJK Sportverband DV Köln

Teilnehmende (max.)

1

Reduzierter Preis für Mitgliedsorganisationen

65.00 €

Bildungspunkte (ECTS)

0.50

Ansprechpartner/in

Heike Lammertz-Böhm

Unterrichtsstunden

8