

A2611550 Einfach besser leben - Innere Ruhe und Lebensfreude aus aller Welt

Beginn Samstag, 09.05.2026, 10:00 - 16:00 Uhr

Kursgebühr 43,00 €

Dauer 1 Termin

Kursleitung Maik Lange

Kursort , Burgstr. 9, 51674 Wiehl

Ein Tag für mentale Stärke, Gelassenheit und neue Perspektiven

Wie gelingt es, ruhig zu bleiben, wenn das Leben hektisch ist?

Dieser Kurs verbindet Impulse aus verschiedenen Kulturen - von der japanischen Kunst der Gelassenheit bis zur afrikanischen Lebensfreude - mit modernen Erkenntnissen der Psychologie.

Sie erfahren, wie Menschen weltweit mit Stress und Veränderung umgehen, und entdecken Wege, Ihre eigene innere Balance zu stärken.

Mit kleinen Übungen, alltagstauglichen Impulsen und inspirierenden Geschichten gewinnen Sie neue Energie, Klarheit und Lebensfreude - ganz ohne Druck, aber mit viel Leichtigkeit.

Ein Seminar zum Durchatmen, Auftanken und Einfach-besser-Leben.

Bei Fragen zu diesem Angebot wenden Sie sich bitte an die Fachbereichsleitung unter 02261 88-4317.

Der Workshop kann keine Therapie ersetzen. Wenn Sie unsicher sind, ob dieser Kurs für Sie geeignet ist, wenden Sie sich bitte an Ihre Ärztin bzw. Ihren Arzt oder Ihre therapeutische Fachkraft.

Termine

Datum Uhrzeit Ort

09.05.2026 10:00 - 16:00 Uhr Wiehl, Burghaus Bielstein, Burgstr. 9