

Ab heute gebe ich auf mich acht

Foto: Mariday/fotolia



Besinnungswochenende
für jüngere Frauen
01. - 03. Sep. 2017
in Krelingen

ANMELDUNGEN UND INFORMATIONEN BEIM:

 **KOLPING**

**KOLPINGWERK LAND OLDENBURG
ANDREAS BRÖRING
KOLPINGSTR. 14
49377 VECHTA
TEL.: 04441 872-273
E-MAIL: KOLPINGWERK@BMO-VECHTA.DE**



Liebe Kolpingfrauen, liebe interessierte Frauen!

Wir laden herzlich zu ganz besonderen Tagen ins Haus GEZ Krelingen bei Walsrode ein. Das Wochenende steht unter dem Leitgedanken

‘Ab heute gebe ich auf mich acht‘

Unsere Lebenssituation wird häufig von Hektik, Unruhe und Leistungsdruck geprägt. Ruhe- und Entspannungsmomente im Alltag sind daher eine wichtige Voraussetzung für den Erhalt unserer psychischen und physischen Gesundheit.

Wir laden ein, den Alltag hinter sich zu lassen und neue Kraft und Energie zu tanken. Verschiedene Techniken und Körperübungen helfen uns nicht nur zu entspannen und Stress abzubauen, sondern auch eine verstärkte Körperwahrnehmung und ein gesundes Körperbewusstsein aufzubauen. Entspannungsübungen und Techniken aus der Kinesiologie können uns dabei helfen, uns besser zu konzentrieren, gesund zu bleiben und den stressigen Alltag gelassener zu erleben. Wir laden alle herzlich ein, die sich bewusst mal wieder etwas Gutes gönnen möchten.



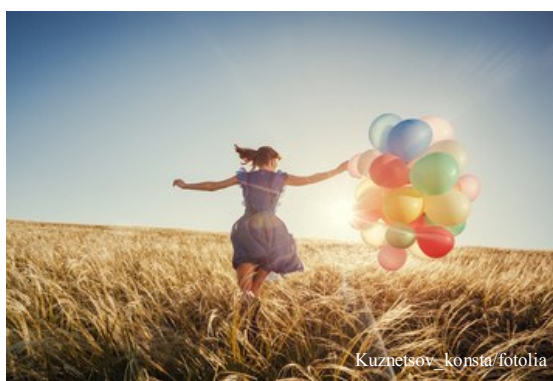
Foto: Jürgen Fälschle/fotolia

Begleitet werden die Tage von Frau Nadine Schöneherr, Heilpraktikerin aus Rastede sowie

Patricia Krieger
Kolping Frauenteam

Einige organisatorische Hinweise

- Ort** GRZ Krelingen
Freizeit- und Tagungszentrum
Krelingen 37
29664 Walsrode
www.grz-krelingen.de
- Anreise** Freitag, 01. Sep. 2017 bis 16.30 Uhr,
gemeinsamer Beginn um 17.00 Uhr
- Ende** Sonntag, 03. Sep. 2017 gegen 14.00 Uhr
nach dem Mittagessen
- Kosten** Pro Pers. 95,00 € im EZ mit Dusche/WC;
DZ 80,00 € incl. Vollverpflegung, Programm-
und Honorarkosten
Für TN außerhalb des Offizialats fallen et-
was höhere Kosten an.



Kuznetsov konsta/fotolia

Die Teilnehmerzahl ist auf 18 Pers. begrenzt. **Anmeldung erbeten bis zum 01. August 2017!** Anmeldungen sind ab sofort möglich. Die freien Plätze werden nach Eingang der Anmeldungen vergeben!



„Gemäß § 13 a KDO (Anordnung über den Kirchlichen Datenschutz) weisen wir Sie darauf hin, dass wir bei einer Anmeldung Ihre personenbezogenen Daten speichern und diese verarbeiten, um Sie über weitere Veranstaltungen zu informieren.“

Mit der Anmeldung zur Veranstaltung stimme ich zu, dass Fotos auf www.kolping-land-oldenburg.de veröffentlicht werden.

„Wenn Sie gerne an dieser Veranstaltung teilnehmen möchten, aber Schwierigkeiten haben, den Teilnehmerbeitrag aufzubringen, wenden sich bitte an die Leitung dieser Veranstaltung. Sie wird zusammen mit Ihnen diskret ein Lösung finden!“