

Massagewerkstatt Schu-Na-Ko

massiert verspannts eifach wäg

Themenabende 2024

Brauchst du wieder einmal Zeit nur für dich. Dann schau mal hier herein.

Die Themenabende sind in sich geschlossen und die Themen sind dazu da, um zu

Erfahren, erleben, spüren, lachen, erzählen, Neues lernen.

Jeder Abend fängt um 18 Uhr an

und endet ca. um 20 Uhr.

Mit dabei immer Kaffee, Tee, und Knabbereien.

Bitte Anmelden mail@schunako.ch, oder 061 921 16 53

14.2.2024

Locker durch den Tag

Einfache Übungen, die dich im Nu lockern und erfrischen.

Kosten 15 Fr.

13.3.24

Wo geht es denn hier zu mir?

Fragen ermächtigen uns, wieder in Fluss zu kommen

Kosten 15 Fr.

17.4.2024

Bewegliche Füße

Was können die Füße alles? Bewege und beachte sie wieder einmal

Kosten 15 Fr.