

Mädchenkreise

Vom Mädchen zur selbstbewussten jungen Frau.

DATEN UND THEMEN 2023

15. April

Gestalte dein Vision Board

13. Mai

Umgang mit den Sozialen Medien

10. Juni

Körperbild und Körperbewusstsein

08. Juli

Jungs besser verstehen

26. August

Selbstbewusstsein und Selbstwert

30. September

Glück, Freude und Zufriedenheit

28. Oktober

Umgang mit Druck und Stress (EFT Tapping)

18. November

Umgang mit Emotionen und Atem

16. Dezember

Kreativtag



WEITERE INFORMATIONEN

Alter

ab 10 Jahren

Zeit

jeweils von 14:00 - 16:30 Uhr

Ort

Yoga am Zürichberg

Preis/ Kreis

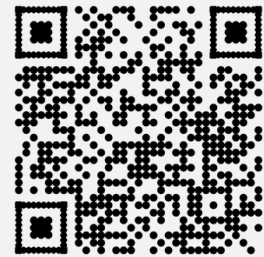
CHF 50

Gesamtpreis

CHF 350

Anmeldung

www.yoga-zurichberg.ch/workshops



ÜBER NAYELI UND DIE KREISE

Nach meinem Umweltingenieursstudium habe ich verschiedene Kurse, Aus- und Weiterbildungen in Bereichen der Persönlichkeitsentwicklung und verkörperter Spiritualität besucht. Immer geführt vom meinem Antrieb meinen inneren Frieden zu finden und die Welt ein Stück schöner zu hinterlassen. Dabei habe ich unter anderem die Mädchenkreisausbildung bei MaHoiko und Farwalla absolviert. Die Mädchenkreise sind ein Herzensprojekt, wo präsenste Themen einen sicheren Raum bekommen, Fragen gestellt werden dürfen und wir uns austauschen. Ich freue mich auf die Kreise. Weitere Infos: www.nayelidalisay.com

