

Line Lund er uddannet Bodydynamic Psykoterapeut og Mindfulness instruktør.

Hun har tilbudt at give **KREATIVE KVINDER** en Introduktion til

Mindfulness i bevægelse

torsdag den 30. januar klokken 19.00 i Taarup Forsamlingshus

Line vil starte aftenen med at instruere os i mindfull yoga med enkle øvelser i stående stilling.

Efter kaffepausen vil hun fortælle lidt om historien, tankegangen og forskningen bag mindfulness.

Mød op i komfortabelt hverdagstøj og hav noget behageligt på fødderne, som ikke glider - eller vælg bare tæer!

Tilmelding senest mandag den 27. januar til jonna@vithner.dk eller sms 2236 8954

Der kan højst være 15 deltagere. Udvalgelse sker efter først-til-mølle princippet.

Betaling 35 kroner - hvoraf de 20 kr. går til leje af forsamlingshuset. Betaling kontant eller mobilpay.

Tag selv kaffe eller te med. Jeg bager kage.

KREATIVE KVINDER er ikke en bestemt gruppe kvinder, men lige netop den gruppe kvinder, der kommer til det enkelte arrangement. KREATIVE KVINDER udspringer fra området for Taarup Borgerforening, men alle kvinder - også fra vores "udkantsområder" er velkomne.

Med venlig hilsen **Jonna**