

2023



# Klosterauszeit

im Nikolauskloster  
mit Qigong & Yoga

Gemeinsam kehren wir ein in die Ruhe des Herzens - mit Herz Qigong - Yoga - und ganz viel Zeit für achtsame Momente. Zusammen mit mir und meiner Kollegin Marlies Küpper Yogalehrerin - könnt wir so jeweils zwei Tage der Ruhe im Nikolauskloster in Jüchen genießen und eine intensive Auszeit vom Alltag nehmen.

## Termine

Samstag & Sonntag 18.03.2023 -19.03.2023

Samstag & Sonntag 28.10.2023 -29.10.2023

18.03.2023 - 19.03.2023

28.10.2023 - 29.10.2023



Klosterauszeit im März & Oktober

jeweils

Samstag 10:00 Uhr - 16:30

Sonntag: 10:00 Uhr - 15:30

In der Teilnahmegebühr: 135 € pro Person sind die Qigong- und Yogaeinheiten sowie Wasser, Tee und kleine gesunde Snacks aus Nüssen und frischem Obst enthalten.

Mittagspause: 12:00 Uhr mit vegetarischem Mittagessen aus der Klosterküche zum Preis von 14 €. Die Mahlzeit und Getränke sind nicht in der Teilnahmegebühr enthalten.

Anmeldung per Mail an:

[kontakt@bewusstsein-feelgoodcoaching.de](mailto:kontakt@bewusstsein-feelgoodcoaching.de)

Gabriele Tillmanns

Telefon: 0179 - 16 999 69

[www.bewusstsein-feelgoodcoaching.de](http://www.bewusstsein-feelgoodcoaching.de)