## SELBST BEWUSST



## Tag der offenen Tür

am Samstag, 30. April, 10-18 Uhr im Schwoaga 12 in Holz

Durch Achtsamkeit sich SELBST BEWUSST werden.

Daniel Bußjäger, MBSR Trainer

Sich SELBST BEWUSST bewegen.

Volker Hullmann, Tai Chi und Qi Gong Lehrer

**BEWUSST** ins poetische SELBST.

Carolin Bohn, Literaturwissenschaftlerin und Coach

... und weitere Referenten stellen ihre Arbeit vor.