

THE INSIDE WORK

by Charlotte Margraf

0155 10066589

info@the-inside-work.com

www.the-inside-work.com



Meditations AUSZEIT

31.05.2026
16:00-17:30 Uhr

24.06.2026
19:00-20:30 Uhr

18.07.2026
10:00-11:30 Uhr

23.08.2026
10:00-11:30 Uhr

Gönn dir eine bewusste Pause vom Alltag. In einer Mischung aus Meditation, Atemübungen und achtsamem Sein findest du Momente der Ruhe und neue Kraft. Diese Auszeit bietet Raum, dich zu zentrieren, abzuschalten und wieder klar zu spüren, was dich trägt. Komm so, wie du bist – und geh mit einem ruhigen Geist und offenem Herzen.

Ausgleich: 33,-€ p.P.

Altmarkt 9, Schmalkalden

Anmeldung erforderlich!