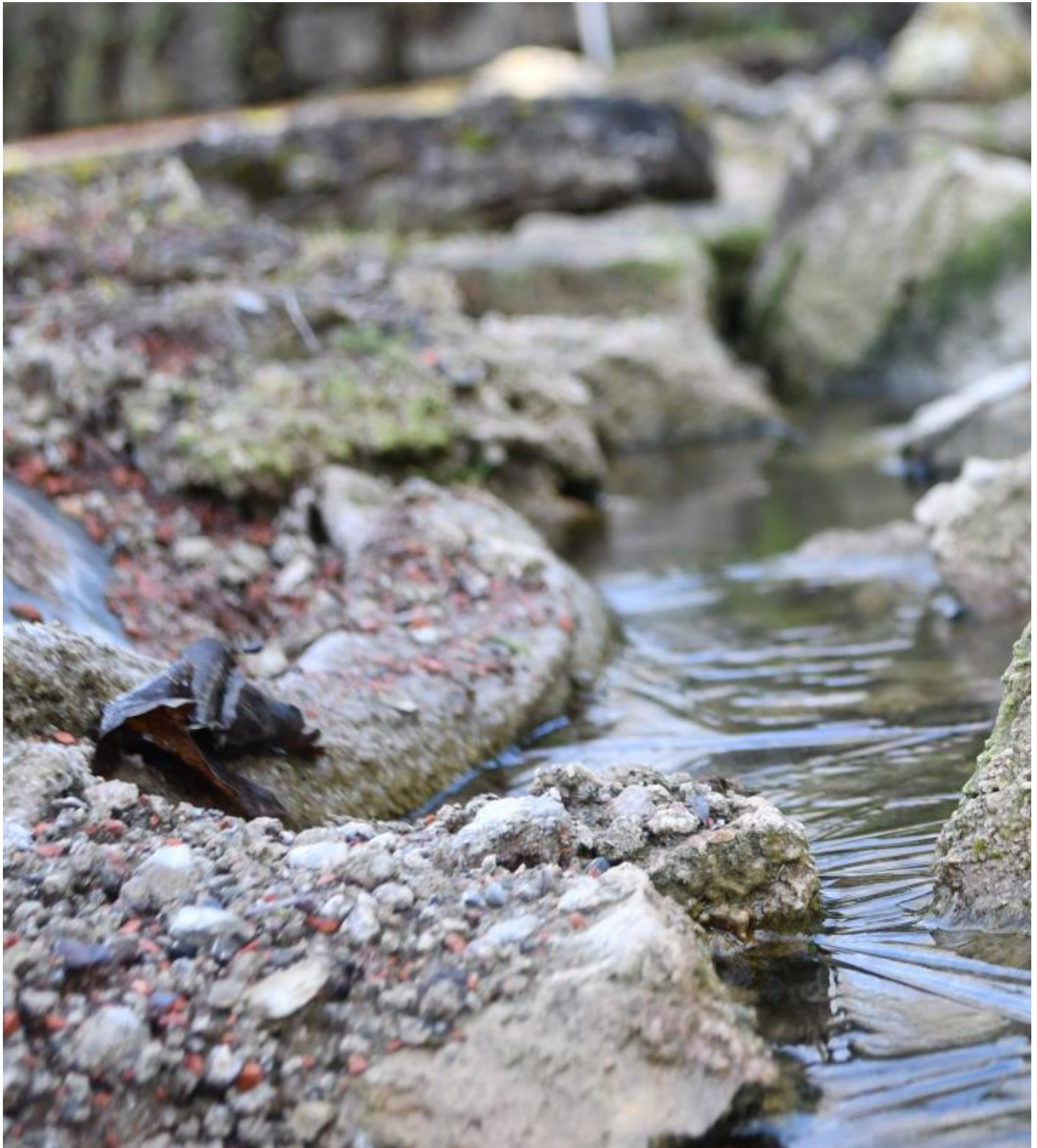


Atem schöpfen – Oasenzeit für Frauen

Von Jason Pick

25. Oktober 2025, 22:16

Aktuelles





Samstag 08.11.2025 von 11 bis 15 Uhr im Pfarrheim Herz Jesu
(An der Kirche 5 53840 Troisdorf)

Mit der Oasenzeit sind Sie eingeladen,
sich eine Zeit zum Durchatmen zu gönnen:
Anstrengendes und Belastendes mit dem Atem loszulassen,
Weite zu spüren in Kopf, Körper und Seele,
Kraft und Elan mit dem Einatmen zu erfahren
im Kreis mit Frauen Leichtigkeit und Freude zu erleben.

Gestaltungselemente sind:

Meditative Tänze

Leichte Körper- und Atemübungen

Lyrische Texte und inhaltliche Impulse

Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

Die Teilnahmegebühr beträgt 10 € und ist vor Ort zahlbar. Für einen kleinen Snack und Getränke ist gesorgt. Yogamatte o.
ä. bitte mitbringen und bequeme Kleidung und Schuhe tragen.

Weitere Informationen und Anmeldung:

Regina Flackskamp – Engagementförderin

regina.flackskamp@erzbistum-koeln.de (mailto:regina.flackskamp@erzbistum-koeln.de)

Telefon 0177 404 3546 oder 02241 972 9437