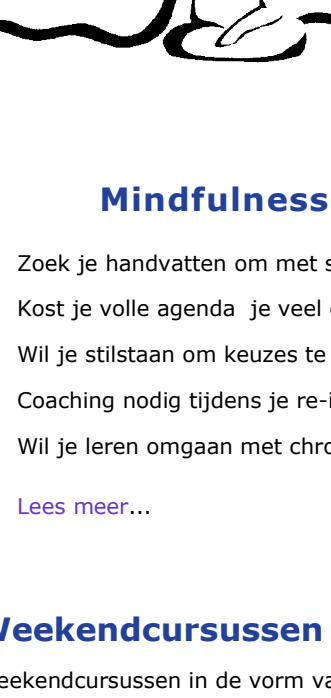


Op Adem Komen?

In de vernieuwde Praktijk en Meditatiestudio staan aandacht, rust en verstillig centraal. Een mooie lichte vloer verwarmde ruimte op de begane grond. Kleinschalig, professioneel met een rustgevende uitstraling. Meditatie- en yogamatten, zitkussens, bankjes en warme omslagdoeken, zelfs sokken ~ allemaal aanwezig voor jullie comfort!

Mediteren wanneer het jou uitkomt?



Inloopavonden op woensdag.

- De 1e keer is gratis. Aanmelden is niet nodig.
- Strippenkaart vanaf 6 keer. Blijft 1 jaar geldig.
- Geen les in schoolvakanties regio Den Haag.

[Lees meer...](#)

Mindfulness & Coaching

- Zoek je handvatten om met stress en drukte om te gaan?
- Kost je volle agenda je veel energie?
- Wil je stilstaan om keuzes te maken die echt bij je passen?
- Coaching nodig tijdens je re-integratie na langdurig verzuim?
- Wil je leren omgaan met chronische fysieke klachten?

[Lees meer...](#)

Weekendcursussen – stadsretraites

Weekendcursussen in de vorm van een stadsretraite. 2 dagen 10–17 uur, inclusief biologische lunch op beide dagen.

- ZA 17 - ZO 18 MEI MILDHEID & COMPASSIE
- ZA 21 - ZO 22 JUNI MEDITEREN: HOE EN WAAROM

[Lees meer](#)

Breathworks Mindfulness

Bij chronische (pijn)klachten en vermoeidheid Start woensdagochtend 14 mei

Ter introductie € 275,- Incl. werkboek en MP3 cd

[Lees meer...](#)



Praktijk & Meditatiestudio Marnixstraat 61 2518 PW Den Haag

Telefoon 070 887 41 74

E-mail info@caruchaschwencke.nl

Websites www.caruchaschwencke.nl www.mediteren-in-eenvoud.org

English spoken Mindfulness Course

8-week course starting May 19th



Mind Full, or Mindful?

[More details](#)



Op onze activiteitenkalender en aanbod overzicht treft u meer.

Copyright © 2014 Carucha Schwencke, Alle rechten voorbehouden. Je ontvangt deze nieuwsbrief, omdat je hebt aangegeven op de hoogte te willen blijven van onze activiteiten.

Als je wilt dat we jouw naam van onze verzendlijst verwijderen [klik hier](#)