

Kurszeit

Termine & Seminare
Frühjahr 2023
im Massageatelier



MawiBA

Montags/Mittwochs 18:00 Uhr
Beckenboden-Tanz mit Bauch oder BABY
mit Jenny

Rückführung

Termine nach Vereinbarung
Begib dich mit deiner Seele auf eine wundervolle Reise
durch deinen Körper und deine Vergangenheit
mit Erika

Nordic walking

Freitags 08:15 Uhr
Anfängerkurs – Umgang mit Stöcken, Übungen,
Bergab, Bergauf
mit Sille

Finanzielle Freiheit

17.01. / 31.01. / 14.02. Themenabend
zu Finanzen für Frauen
mit Virginia

Lebenskreis

22.1 / 25.2 / 25.3. 10-12
eine spirituelle Reise zu dir selbst
mit Erika

Herzschmuck

24.01. 17-19 Uhr

gestalte deinen eigenen Edelsteinschmuck
mit Sille

Kräuterstempelmassage

12.02. 10-17 Uhr

stelle deine eigenen Kräuterstempel her und lerne
damit zu massieren
mit Jasmin & Sille

Eltern-Kind-Entspannung

15.02. 10:00-10:45

Wellnesskurs mit Kind (4-6Jahre) 6 Termine á 45min
Meditation, Mandala-malen und Bewegungsübungen
mit Sille

endlich mehr DU selbst sein

26.02. 14:30-17:00Uhr

lerne eine bessere Mutter für noch bessere Kinder zu
werden
mit Natascha

Kunsthandwerkerbasar

18.03. 10-17 Uhr

Basar mit kleinem-feinen und Handgemachten

Fußreflexzonenmassage

25.03. 15-18 Uhr

Lerne Griffe und Bedeutungen der Fußreflexzonen
zur Paarmassage oder Selbstmassage
mit Sille

Ayurveda für Frauen

26.03. von 15:30-18:30

Zyklus, Wechseljahre und Bedeutung der Periode aus
ayurvedischer Sicht

FrauSein - Frauentantra

23.04. ab 09:30

Thema Selbstliebe, Achtsamkeit und Frauentantra
mit Sille

Herzschmuck

03.06. 14:30-16:30 Uhr

gestalte deinen eigenen Edelsteinschmuck
mit Sille

Meine Referenten:

Jasmin Dziemba
Kräuterfachfrau

Natascha Klein
Life- & Hypnosecoach

Jenny Roth
MawiBa Trainerin

Virginia Pohl
Finanzcoach

Erika Bär
Yogalehrerin / Rückführungen

Massageatelier
Kölner Str. 255
51702 Bergneustadt

Tel.:
01783927175 oder 022619948693

Mail:
sille@massageatelier-oberberg.de

Web:
www.massageatelier-oberberg.de

Silvia Ferlemann-Stefaniak

gepr. Fachpraktikerin für Massage, Wellness & Prävention
Ayurvedamasseurin & kosmetische Fußpflegerin
Lomimasseurin & Lomi-Therapeutin
gepr. Ayurveda Gesundheitsberaterin

AGB's, Termine, aktuelle Preise und Zeiten sind auf der
Homepage zu finden