

X0306322 SelbstLiebe - Eine Reise zu dir selbst

Beginn	Samstag, 01.11.2025, 13:00 - 17:30 Uhr
Kursgebühr	59,00 €
Dauer	2-mal
Kursleitung	Victoria Grünewald
Informationen	Schreibutensilien (Papier und Stift) für eigene Notizen und die Übungen, bequeme Kleidung, ggf. dicke Socken, einen Snack, ein Getränk
Kursort	012, Pfarrgasse 38, 65719 Hofheim

Die SelbstLiebe-Trainerin Victoria Grünewald begleitet Sie auf Ihrer Reise zu sich selbst. Gemeinsam entdecken Sie Ihre Stärken und finden heraus, was Ihr Leben erfüllt und belebt. In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie sich selbst besser verstehen, Selbstzweifel überwinden, alte Verletzungen loslassen können und so zu einem selbstbewussten und gesunden Ich finden. Entwickeln Sie Achtsamkeit für Ihre eigenen Bedürfnisse und lernen Sie, gut für sich selbst zu sorgen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
01.11.2025	13:00 - 17:30 Uhr	Hofheim, Volkshochschule, 012
02.11.2025	10:00 - 14:30 Uhr	Hofheim, Volkshochschule, 012

[zur Kursdetail-Seite](#)