



lebefreit!

# Angebot

Zeit für Achtsamkeit  
Vortrag und Achtsamkeitstraining  
NN, Eppingen; 08.09.XXXX

---

*DAUER ca. 180 Minuten incl. Pause*  
*Pauschale bis 8 Teilnehmer 180 Euro*

*Jeder weitere Teilnehmer 18 Euro*

*Fahrtkosten 0,30 €/km*  
*Gesamt 45 km x 2 x 0,30 € 27 Euro*

*Nach der Veranstaltung erhalten Sie eine Rechnung.*

---

**Uli Ramp**

LEBEFREIT! AM KOLBENACKER 4A 76706 DETTENHEIM  
FON 07255 90 30 65 WWW.LEBEFREIT.DE

lebefreit!

# Achtsam in Eppingen

- in Theorie und Praxis

---

*Herzliche Einladung zum Achtsamkeitstraining in der Gruppe*

*Was erwartet dich?*

*Treffen ab 14.45 Uhr bei Keksen, Obst und Tee*

*Beginn 15.00 Uhr*

*Informationen zum Thema Achtsamkeit*

*Und was hat Jesus damit zu tun?*

*Kleine Geschichten*

*Praxisübung Achtsamkeit*

*Entspannungsübung*

*Fragen und Austausch*

*Eine Pause zwischendurch*

*Ende 18.00 Uhr*

*Komm gerne in bequemer Kleidung.*

*Möglicherweise finden die Übungen draußen statt, je nach  
Wetterlage und Befinden, bring also ggf. auch geeignetes  
Schuhwerk mit.*

---

**Uli Ramp**

LEBEFREIT! AM KOLBENACKER 4A 76706 DETTENHEIM

FON 07255 90 30 65 WWW.LEBEFREIT.DE