

“Tage für mich“

Bei diesem Kurs stehen "SIE" im Mittelpunkt!

Termin: 23. – 25. März 2018

Frauen verlieren sich gerne im Alltag. Umso wichtiger ist es, etwas für sich selbst zu tun.

Vergessen Sie für 3 Tage Hektik, Stress und kommerzielles Treiben, das unsere Wahrnehmung abstumpft.

Wir pflegen unsere Haut, entspannen die Seele durch Mentalübungen und beginnen den Tag mit Nordic-Walking.

Durch eine Farb- u. Typberatung lernen wir unsere Vorzüge ins rechte Licht zu setzen und unterstützen dies mit einem schnellen dezenten und persönlichen Make- up. Durch den Umgang mit Tüchern und Schals bringen wir Farbe und Vielfalt in unsere Garderobe. Selbstgemachter Schmuck rundet das Wochenende ab. Ziel ist es, selbstbewusstes und entspanntes Auftreten zu fördern.

Also gönnen Sie sich eine Auszeit von Ihrem persönlichen Alltag und entdecken Sie ihr weibliches Potential neu!

Bitte bringen Sie legere Kleidung und bequemes Schuhwerk für drin und draußen mit.

Weiterhin benötigen Sie 1 kl. Aufstellspiegel, 2 kl. Gästehandtücher, 1 Haarband und div. Kosmetikpinsel

Seminar: „Tage für mich“
Kursleitung: Sylvia Kipper, LHVHS
Referentin: Edeltraud Weber – Lorkowski; Farb- Typ- und Stilberaterin, Motivationstrainerin

Anreise:	Freitag,	23. März 2018	ab 14.00 Uhr
Kursbeginn:	Freitag,	23. März 2018	15.00 Uhr mit Ka u Ku
Kursende:	Sonntag,	25. März 2018	13.00 Uhr

Kursgebühr: 154,00 – 170,00 € je nach Selbsteinschätzung (einschl. Unterkunft im DZ und Vollverpflegung); EZ-Zuschlag 12,00€/Nacht
zzgl. 20,00€ Kursnebenkosten für Kursunterlagen und Farbpas

Anmeldung/ Ort: Ländliche Heimvolkshochschule Thüringen e.V.
Kloster 6
06571 Donndorf
Tel.:034672 / 851-0 Fax:034672 / 851-2

E-Mail: LHVHS@klosterdonndorf.de www.klosterdonndorf.de

P.S. Die LHVHS verfügt über eine Sauna. Bei Benutzung sind bitte Badetuch und Badesandalen mitzubringen.