



STRESS AUS! ENTSPANNUNG AN!

STRATEGIEN GEGEN CORONASTRESS
von & mit
Christine Stibi

Empfehlung

Nutzen Sie diese Serie in der Fastenzeit und darüber hinaus regelmäßig. Als Chance für Aufbau von Resilienz, innerer Stärke und neuer Kraft. Wir wünschen Ihnen **FROHE OSTERN**.

Folge 8: Yogasequenzen die Zielklarheit und Achtsamkeit fördern

