



RELAXATIETRaining

Een training voor studenten

- ontdek wat ontspanning is
- maak actief kennis met verschillende relaxatiemethoden
- leer de methode kennen die bij jou past

Praktisch

- 5 à 6 avondsessies, start in oktober en start in maart
- inschrijven via STUDIOO (09/233.62.44) OF via sovo van je campus
- € 35, na het volgen van alle sessies krijg je de helft terug
- Gent (STUDIOO) Sint-Amandstraat 68, 9000 Gent

Meer info: www.studioo.be



METHODEN: MINDFULNESS, MEDITATIE, STRESS



SOVO

[SINT-LUCAS GENT]

