



Guten Tag aus Dortmund 😊😊

Der Mai ist noch nicht zuende, deshalb dürfen wir noch sagen:

“Alles neu macht der Mai.”

Bei uns ist zwar nicht alles neu, aber doch einiges. So gibt es z. B. neue Kurse und Workshops - wenn auch erst ab Juni 😊😊

Workshop 1: Achtsamkeit und Spiritualität

Meditation, meditatives Bogenschießen und spirituelle Impulse als Begleitung auf deinem persönlichen Lebensweg.

Samstag, 20.06.2026, 09.00 - 17.00 Uhr, € 160,00 pro Person

Workshop 2: Achtsamkeit als Ruhepol für deinen Alltag

Bewusste Körperwahrnehmung, Haltung und Atmung als Basis für eine spürbare Stressreduktion. Meditation und meditatives Bogenschießen schaffen ein harmonisches Miteinander von Körper und Geist.

Sonntag, 21.06.2026, 09.00 - 17.00 Uhr, € 160,00 pro Person

Die neuen Kurse starten dann im Juli. Alle Infos dazu auf viarcus.de

Herzliche Grüße und bis bald in Dortmund, Christoph & Martin 😊😊