



Mit auf&up durch den Winter



WINTERKRAFT



GESTÄRKT DURCH DIE DUNKLE ZEIT



„Winterkraft“ ist ein Abend, der stärkt!



Ein Abend für Menschen, die Lust haben auf ein kleines Innehalten im Alltag,
einen ermutigenden Impuls und gemütliches Plaudern.



Freitag, 14. November 2025



19:30 – 21:00 Uhr



Im 'auf&up' Raum , Feldbach 4, 8753 Mollis



Am 14. November gibt's einen kurzen Input zum Thema:
“Embodiment - Haltung macht Stimmung” mit kleinen Übungen.
Danach bleibt Zeit für Tee/Kaffee, Guetzli und gute Gespräche
in einer kleinen Runde.



Ich freue mich auf dich!
Herzlich Kathrin



Anmeldung gerne per WhatsApp oder SMS an: 079 477 57 34



Weitere “Winterkraft” -Abende:



12. Dezember 2025

16. Januar 2026

20. Februar 2026

