



Wandern und Entspannen



Nimm Dir Zeit für Dich selbst

Gewinne Abstand vom Alltag

Gönne Dir etwas Ruhe

Geniesse Natur und Bewegung

Fühle bewusst Deinen Körper

Wer?	Ab 21
Wo?	Jura
Wann?	03. – 07. Juni 2019
Wieviel?	Fr. 410.-
Anmeldungen?	info@doja-natur.com bis 11.05.2019



Doja ist es wichtig Menschen unvergessliche Erlebnisse anzubieten. Bei Doja stehen die Menschen und die Natur im Zentrum.

Beim „Wandern und Entspannen“ geht es darum, für ein paar Tage Abstand vom Alltag zu gewinnen und den Stress hinter sich zu lassen. Dies tut gut, stärkt körperliche und seelische Gesundheit und eröffnet manchmal sogar einen neuen Blick auf unser Leben.

Mehr Informationen unter: www.doja-natur.com

