

# Relax@INTI

## Relax @ INTI

### Wat is het juist?

### Doel

## ADEMTERAPIE & ONTSPANNEN

*“Ik adem in en kom tot rust, ik adem uit en glimlach. Thuisgekomen in het nu. Wordt dit moment een wonder!”*

- Thich Nhat Hanh