

+Bewegung+Entspannung+Achtsamkeit+Atmung+



Einfach mal wieder **auftanken!**

Wir bringen mit einem Mix aus Elementen der Gymnastik, des Yoga, neuen Atemtechniken und Aufmerksamkeitsübungen unseren Körper und Geist wieder in Einklang mit der Stille und Natur. Somit tanken wir neue Energie und Lebensfreude neu auf. Willkommen sind alle die für sich was Gutes tun wollen....

(bitte eine Decke mitbringen)

Kursbeginn: 06.06.2024 (8 Einheiten)

Wann: Donnerstag, 09.00 – 10.00 Uhr

Treffpunkt: Praxis für Physiotherapie Schaal, Ofterdingerstr. 16

Übungsleiter: Reinhold Claß, Heilpraktiker i.R.

Anmeldung/Info: Reinhold Claß, 0172-9861291, info@naturheilpraxis-class.de
sowie über das TVB-Webportal auf der Homepage oder in der App

Preis: Mitglieder 12,00 Euro, Nichtmitglieder 44,00 Euro