



BEWEGUNGS- UND ENTSPANNUNGSKURS FÜR FRAUEN

Mit einfachen Übungen gelingt es uns, verkrampfte Muskeln wieder zu lösen und neue Energie zu tanken. Wir bewegen uns zur Musik und lernen effektive Entspannungsübungen. Ganz stressfrei. Über erfahrbare Anatomie den eigenen Körper als Ressource erleben!

MOVE YOUR BODY. MOVE YOUR MIND.

Datum: Montags bis Ende Juli, 14.30-16.00 **Ort:** vorerst Online - Link erhaltet ihr nach Anmeldung

Kosten: kostenfrei

Anmeldung über info@bodymemory.de, 0761/50369937

