Energietanken für den Alltag

Erlebe fünf abwechslungsreiche Abend mit einem Mix aus bewährten Entspannungs-methoden. Gezielte Entspannung stärkt und hilft bei der Bewältigung der vielfältigen Anforderungen im Alltag. Du benötigst bequeme Kleidung, ggf. eine Isomatte, Kissen und eine Decke.

Donnerstag, 15.04. – 20.05. 2021
18:45 – 19:45 Uhr
Online @home via Zoom

Kursleiterin: Uschi Best, Entspannungspädagogin

Kosten: Vereinsmitglieder 10 Euro, Nichtmitglieder 33 Euro

Anmeldung über unsere Homepage ab sofort möglich:
www.mombacher-turnverein.de ➔ Sportangebote ➔ Kursangebote

Mombacher Turnverein 1861 e. V.

Dein Sport. Dein Verein.