

MITBRINGEN:
DICKE SOCKEN,
LEGERE KLEIDUNG,
KUSCHELJACKE
SPORTMATTE

ACHTSAM IN *Bewegung*



Wir entdecken die
Langsamkeit & bewegen
uns ohne viel Kraft.
Wir gehen in leichte
Beweglichkeit und tiefe
Dehnungen und lösen die
alltägliche Anspannung!



7. & 21. APRIL
17-18:00 UHR
IM SÜDLICHT