

Drehen und Strecken erspart den Stecken! Mondgymnastik für jedes Alter



Trainer: Franz Seebacher

Einfache Übungen zur Stärkung unseres Körpers & Immunsystems.
Nur 5 Minuten täglich sind genug.
Mondgymnastik nach Johanna Paungger-Poppe.

Datum: Dienstag, 19. März 2024, 19.00 Uhr
Ort: SPES Hotel & Seminar
Panoramaweg 1, 4553 Schlierbach

Anmeldung bei:
schlierbach@kneipp-aktiv-club.at oder
telefonisch bei Franz Seebacher 0677/644 462 70

Höchstteilnehmerzahl: 20 Personen
Turnmatte oder Badetuch bitte mitnehmen!

Kosten:
Kostenfrei für Kneippmitglieder,
Nicht-Kneippmitglieder freiwillige Spenden