

Forum Gesundheit „Senioren yoga“ mit Jeanette Sigrist

Mittwoch, 15. Mai 2019, um 15:30 Uhr
in der Casa Hubpünt in Seengen

Wollen Sie sich aktiv für Ihre körperliche und geistige Gesundheit einsetzen?
Vorbeugend Ihr Gleichgewicht und gezielte Techniken zur Entspannung erlernen?
Erfahren Sie selbst, wie heilsam Viniyoga sein kann.

Programm:

14:30 Uhr

Führung durch die Casa Hubpünt

15:30 Uhr

Fachvortrag „Senioren yoga“

16:15 Uhr

Zusammenfassung und Fragen

16:30 Uhr

Apéro riche

Bitte melden Sie sich spätestens bis Montag, 13. Mai 2019, per Telefon oder per Post an.

Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Casa Hubpünt-Team



YOGA FÜR
SENIOREN



Anmeldetalon

Name, Vorname _____

Adresse _____

PLZ/Ort _____

Telefonnummer _____

Jahrgang _____

Anzahl Personen _____

E-Mail _____