

Leben braucht Bewegung

Infoabend

„Leben braucht Bewegung“ ist ein sanftes Körpertraining, das auf alten asiatischen Weisheiten und modernen westlichen Wissenschaften beruht. Es stärkt und dehnt Ihre Muskeln und Gewebe gleichzeitig. Im Verlauf des Trainings wird Ihr Körper insgesamt geschmeidiger und es entsteht die Art von Leichtigkeit und Entspannung, die tiefe Regeneration möglich macht und Sie dadurch in Ihre Mitte bringt.

Am Infoabend „Leben braucht Bewegung“ möchte ich Ihnen Einblicke in diese wirkungsvolle Methode ermöglichen. Lassen Sie sich begeistern!

And Jost

Zeit: Montag, 10. Oktober 2011,
von 19.00 bis ca. 21.30 Uhr

Ort: Leben braucht Bewegung,
Hans-Sachs-Straße 17, 40721 Hilden

Tel.: 02103 - 941 44 19

Mail: info@lebenbrauchtbewegung.de

www: www.lebenbrauchtbewegung.de

Kostenbeitrag: 5€

Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, bitten wir um rechtzeitige Anmeldung. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung zum Wohlfühlen mit.

