



EINLADUNG



Indian Balance fokussiert atmen, ruhigen und dennoch wachen Geist sowie innere Ruhe. Achtsam den Körper bewegen, körperliche Harmonie spüren, Wahrnehmung trainieren. Kraftvolle Bewegungsbilder verbinden zu

indianischen Klängen

Indian Balance ist ein Intensivprogramm für Rücken – Bauch – Beine und Po.

(pro Training 12 €, Matte, Socken)

Den Körper bewegen, während die Seele ausruht!

WANN? Montag, 19.02.2024 (6x) **UM?** 18:30

Wo? Turnsaal, Volksschule MSM

Vortragende: BALI Anneliese Beiredler, dipl. Wellnesscoach, 0664/2634848

Verantwortliche: Brigitte Lang, ANMELDUNG bitte unter 0664/1241959

Ihr Arbeitskreis Gesundes Dorf Markt St. Martin

