



<https://biz.li/3cok>

VEREIN "GEWINNEN IN GESUNDHEIT" STARTET FELDENKRAIS-KURSUS

Veröffentlicht am 30.08.2017 um 12:04 von Redaktion LeineBlitz

Das eigene Wohlbefinden und die Beweglichkeit steigern, sanfte Bewegungsalternativen entdecken, etwas gegen Einschränkungen und Schmerzen unternehmen, Entspannung erfahren und erkunden, welche Möglichkeiten noch in Ihnen schlummern. All dies können Interessierte in einem 8-Wochen-Feldenkrais-Kursus des Vereins "Gewinnen in Gesundheit" mit Hilfe einfacher Übungen, die auch im Alltag genutzt werden können, lernen. Bequeme Kleidung, dicke Socken, Matte und eine Decke sind mitzubringen. Die Kurse beginnen am 14. September jeweils von 16.55 Uhr bis 17.55 Uhr im GiG-Sportraum im Seniorenpflegeheim Leinetal, Rethener Kirchweg 10, und von 18.15 bis 19.15 Uhr im Bewegungsraum des Stadthauses, Marktstraße 2. Anmeldungen und weitere Auskünfte in der GiG-Geschäftsstelle unter Telefon (05 11) 84 89 55 52.