



<https://biz.li/43us>

# WORKSHOP ZUM THEMA "WOHLFÜHLEN MIT KINESIOLOGIE"

Veröffentlicht am 18.01.2014 um 10:21 von Redaktion LeineBlitz

Der Verein Gewinnen in Gesundheit lädt zu einen Workshop mit dem Thema "Wohlfühlen mit Kinesiologie ein. Mit Lebensfreude und Gelassenheit den Herausforderungen des Alltags begegnen. Was brauche ich um gut für mich zu sorgen? Wie kann ich mich schnell entspannen um voller Energie durch den Tag zu gehen?" Die Teilnehmer lernen an diesem Tag einfache und effektive Übungen kennen, die sie überall und jederzeit anwenden können, um sich selbst ins Gleichgewicht zu bringen. Gemeinsam werden entspannte Momente im Einklang mit Körper, Geist und Seele verbracht. Die Kursleitung hat Heike Grigat. Der Workshop läuft am 25. Januar von 14 Uhr bis 17 Uhr im GiG-Sportraum im Seniorenpflegeheim Leinetal. Die Kurskosten für Mitglieder betragen 20 Euro und für Nichtmitglieder 25 Euro. Mitzubringen sind Decke, bequeme Kleidung und Wasser. Anmeldungen und weitere Infos sind in der Geschäftsstelle unter Telefon (05 11) 84 89 55 52 oder Mail unter [info@gewinnen-in-gesundheit.de](mailto:info@gewinnen-in-gesundheit.de) möglich.