



Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen Entspannungsübungen gegen Alltags-Stress

Mittwochs:

18.30 bis 19.30 Uhr im Bürgerhaus Grissenbach

Termine:

06.09./13.09./20.09./27.09./04.10./11.10./18.10./08.11./
15.11./22.11.2017

Bitte mitbringen:

Decke, Kissen, Matte und warme Socken

Anmeldungen:

unter Tel. 218858 (G. Kleber) oder Tel. 4770 (A. Scholl)

Kosten:

70 €

(zertifizierter Kurs – Erstattung durch Krankenkasse
möglich)

Eine Veranstaltung von Grissenbach Aktiv e.V.