

WALDBADEN

ENTSPANNUNG IN DER NATUR

jeden 1. und 2. Mittwoch im
Monat
10:00 - 11:00 Uhr
Startpunkt: Seniorenbüro Süd

Durch
achtsames Gehen
bewusstes Atmen
und kleine Übungen
stärken wir Körper und Geist