Genießen, Entspannen, Bewegen - 2 Tage Zeit für mich
für Personen ab 55 Jahren

Ambito tematico
Meditazione, rilassamento

Descrizione
An diesen zwei Tagen erhalten Sie wertvolle Inputs zu Bewegung und Entspannung. Einfache Techniken können Ihren Alltag erleichtern, Ihr Wohlbefinden stärken und Ihre Gesundheit fördern. Auf dem Programm stehen eine gemütliche Wanderung, leichte einfache Bewegungs- und Entspannungsübungen für den Alltag, gutes Essen und geselliges Beisammensein. Das alles inmitten der Natur und im schönen Ambiente der Pension Mitterbach. Tanken Sie Kraft, Freude und Wohlbefinden für Ihren Alltag!

Lingua d'offerta
Tedesco

Inizio
08.06.2024

Termine
09.06.2024

Numero giornate corso
1

dalle
10:00

alle
14:00

Durata
0 minuti

Descrizione durata
-

Luogo
Am Mitterbach - Weissenbach 22

Destinatari

Docenti
Elisa Oberhollenzer

Elfriede Herta Forer

Costo del corso
262 € pro Person im Doppelzimmer

Termine per l'iscrizione
-

Agenzia/Ente

VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS SUEDTIROL

Pagina del corso

-

Persona da contattare

Tel.
Email