

TUN SIE ETWAS FÜR SICH SELBST!

LACH YOGA

mit Trainerin Caroline Peters



KOSTENFREI AUF
DER INSEL SCHÜTT

LACHYOGA

FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Entspannung | Energie tanken | Leichtigkeit für den Alltag

Gönnen Sie sich eine Pause vom Alltag und tanken Sie neue Energie mit Lachyoga – einer Mischung aus Lachen und sanften Yoga-Übungen. Wir treffen uns im Freien, lachen gemeinsam und genießen den Moment. Keine Yoga- oder Lacherfahrung erforderlich - alle können teilnehmen!

Pflegende Angehörige haben die Möglichkeit gemeinsam mit ihren Lieben teilzunehmen oder die Betreuung dem **Pause von Zuhause** Gästeteam in der Cafeteria des Heilig-Geist-Haus zu übergeben. Keine Anmeldung erforderlich - kommen Sie einfach vorbei!

Veranstalter: Curatorium Altern gestalten

Georg Weigl

☎ 09152-9288400

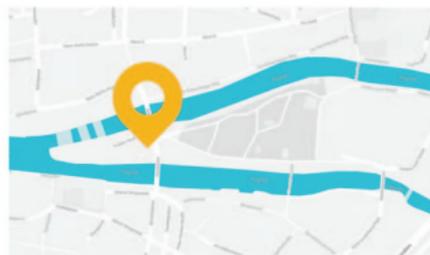
🌐 info@alterngestalten.de

Gefördert durch



TREFFPUNKT

Vor dem Schuldturm
Vordere Insel Schütt
90403 Nürnberg



SOMMER TERMINE 2023

Dauer: 1 Stunde

Di. 25.07.2023 15 Uhr

Di. 01.08.2023 15 Uhr

Do. 10.08.2023 15 Uhr

Do. 26.09.2023 15 Uhr

