



LBSV

Dem Winterblues entgehen

.... mit entspannenden Selbstmassagen, sanften Atem-, Meditations- und Bewegungsübungen aus der Welt des Qigong.

Langsamer werden, zur Ruhe kommen, zentrieren, „Batterien“ aufladen, sich selbst Gutes tun...

Vorerfahrungen sind nicht notwendig.

Wann? Mittwochs, 8 Termine (18.10.-06.12.2017)

18.30 – 19:30Uhr

Wo? Sporthalle Bürgermeister-Smidt-Schule

Wie? lockere Kleidung, dicke Socken oder Turnschuhe mit dünnen Sohlen, möglichst mit leerem Magen

Kosten? 80,00 € für Nichtmitglieder des LBSV

65,00 € für Mitglieder des LBSV

Anmeldung senden sie bitte an gesundheit@lbsv-bremen.de oder am besten telefonisch unter 0421 / 55 50 21.

Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Rechnung mit allen Daten zur Überweisung der Kurskosten. Überweisung bitte erst nach Erhalt der Rechnung.

Sollten Sie nähere Informationen zum Thema ENTSPANNUNG benötigen, steht Ihnen das Gesundheits-Team des LBSV Bremen e.V. jederzeit sehr gern Rede und Antwort (Mail: gesundheit@lbsv-bremen.de oder telefonisch 0175 / 670 57 53)

Wir freuen uns über Ihre Nachfragen und Rückmeldungen!

Mit sportlichen Grüßen
Ihr LBSV GesundheitsTeam



Bankerbindung:
Bankhaus Neelmeyer AG
IBAN: DE08 2902 0000 1000 7148 14
SWIFT-BIC: NEELDE22
Steuer-Nr.: 60 / 147 / 00704