KEB Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e.V.

Raus in die Natur – Impulse für eine gesunde Bewegung

Di 13.06.2023, 14.00 Uhr

Bewegung fördert Gesundheit und Wohlbefinden und hilft dabei, körperlich und geistig fit zu bleiben. An der frischen Luft und in Gesellschaft macht sie zudem doppelt Spaß! Erfahren Sie bei einer Wanderung selbst, wie wohltuend Bewegung an der frischen Luft ist! Dabei macht unsere Referentin immer wieder "bewegte Pausen" und zeigt leichte, aber wirkungsvolle Übungen, die sich einfach im Alltag umsetzen lassen.

Ort
94469 Deggendorf, Pfarrheim Mariä-Himmelfahrt, Dr.-Stich-Str. 4

Mitveranstalter
KDFB

Referentin
Gerda Bachl-Staudinger

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2024-05-03 09:52:40

Tel. (09901) 62 28
keb.deggendorf@bistum-passau.de
www.keb-deggendorf.de