

An die
Kath. Arbeitnehmer-Bewegung
Weidenfelder Str. 12
73430 Aalen

Veranstalter:



Kath. Arbeitnehmer-Bewegung
Frau und Gesundheit
Weidenfelderstr. 12
73430 Aalen
Tel.: 07361/59072

E-Mail: msinz@blh.drs.de

Home: www.kab-drs.de



TREFFPUNKT Frau und Gesundheit AALEN

*Zeit für mich
Auftanken unter Frauen
Impulse zur Selbsthilfe*

2019



Verbindliche Anmeldung

Liebe Frauen!

Wir laden Sie ein, in freundlicher Atmosphäre etwas für sich und Ihre Gesundheit zu tun.

Gute Vorsätze, sich um sich selbst zu kümmern, gehen im Alltag schnell mal unter.

Wir ermuntern Sie, sich von einer Gruppe unterstützen zu lassen.

Sie werden Impulse erhalten, die dem Zusammenwirken von Körper, Geist und Seele dienen und Lebenskräfte fördern. Sie stärken das Vertrauen in den eigenen Körper durch Bewegung, Entspannung, Körperübungen, Musik.

Freuen Sie sich auf persönliche Begegnungen, den Austausch unter Frauen und eine professionelle Anleitung.

Regelmäßige Teilnahme an allen 4 Abenden ist erwünscht !

Termine:

Januar: 15.01.2019
Uhrzeit: 19.00 Uhr bis 20.30 Uhr

Mein sicherer Ort

Februar: 05.02.2019
Uhrzeit: 19.00 Uhr bis 20.30 Uhr

Meine innere Bühne

Februar: 26.02.2019
Uhrzeit: 19.00 Uhr bis 20.30 Uhr

Körper wahrnehmen (bitte Matte mitbringen)

März: 19.03.2019
Uhrzeit: 19.00 Uhr bis 20.30 Uhr

Balance (bitte Matte mitbringen)

Ort jeweils: Bürgerspital
Spritzenhausplatz
73430 Aalen

Kostenbeteiligung: 5,- € je Abend
(für KAB Mitglieder frei)

Ansprechpartnerin: Maria Sinz
MSinz@blh.drs.de

Anmeldung per mail, telefonisch unter
07361/590-20 oder mit Anmeldeabschnitt.

Gerne auch telefonisch:
07361/59020 (Anne Bieg)

.....
Name

.....
Vorname

.....
Strasse

.....
PLZ/Wohnort

.....
Tel.

.....
E-Mail

..... Datum
..... Unterschrift