

Fitness&CardioCenter



MEDITATIONS- WORKSHOP

mit Dominik Greue
Fitnessstrainer des FCC



- Lerne, was Stress ist und wie er sich auf deinen Körper auswirken kann
- Lass dir zeigen, wie du dich vor Stress schützen kannst
- Erreiche Tiefenentspannung durch Atemübungen und Meditation
- Genieße den Einklang zwischen Körper und Geist

Donnerstag,
20.01.2022
18:30 bis 19:30 Uhr

6,50 Euro

Um Voranmeldung wird gebeten:

☎ 03937/2506-20

✉ fcc.lso@lsb-sachsen-anhalt.de

oder direkt vor Ort:

Fitness&CardioCenter
LandesSportSchule Osterburg
Arendseer Str. 4 • 39606 Osterburg