

# Mach's für Dich

kostenfreie Gesundheitsreihe im Tarpenbeker Ufer

## **Hormon-Yoga**

*Infoabend*

26.01.23 19:00-20:30

**Monika Warncke**

Anmeldung an [info@warncke-yoga.de](mailto:info@warncke-yoga.de)

## **Outdoor-Fitness**

*Probestunde*

26.01.23 15:00-16:00

25.02.23 10:00-11:00

**Svenja Schauff**

Anmeldung an [Schauffsvenja@gmail.com](mailto:Schauffsvenja@gmail.com)

## **Achtsamkeit im Alltag**

*Infoabend*

27.01.23 18:00-18:45

**Sunita Ehlers**

Anmeldung an [sunita@sunitaehlers.de](mailto:sunita@sunitaehlers.de)

## **babySignal – mit den Händen sprechen**

*Probestunde*

10.02.23 10:00-10:45

**Ines Rosenbauer**

Anmeldung über <https://www.babysignal.de/>

## **Was bedeuten Faszien für die Gesundheit?**

*Infoabend*

15.02.23

**Miriam Wessels**

Anmeldung an [info@fytt-location.de](mailto:info@fytt-location.de)

## **Yin Yoga**

*Probestunde*

26.02.23 15:00-16:30

**Monika Warncke**

Anmeldung an [info@warncke-yoga.de](mailto:info@warncke-yoga.de)

## **Anspannung ade mit AT**

*Infoabend*

02.03.23 17:00-17:30

**Sara**

Anmeldung an [Entspannt-mit-AT@web.de](mailto:Entspannt-mit-AT@web.de)

## **Entspannungstraining für Kinder von 6-10 Jahren**

*Infoabend*

02.03.23 17:45-18:15

**Sara**

Anmeldung an [Entspannt-mit-AT@web.de](mailto:Entspannt-mit-AT@web.de)

Einige Veranstaltungen sind in ihrer Teilnehmendenzahl begrenzt.  
Für weitere Informationen zu den Veranstaltungen, besuchen Sie [grossborstel-tarpenbek.de](http://grossborstel-tarpenbek.de) oder scannen Sie folgenden QR-Code

