



ENTSPANNUNG im Rahmen von ENERGIETRAINING

Leichte Körperübungen

Atemtechnik

Verschiedene
Entspannungstechniken

Handmassagen
mit Aromaöl

Kursstart:
26.11.2025

mittwochs
 10:30 - 11:30 Uhr
 Christophorushaus

Bitte warme Socken
mitbringen

Anmeldung bei der Servicestelle Ehrenamt
Telefon 04963 402-123 oder -124
E-Mail: ehrenamt@doerpen.de

Der Kurs
umfasst
8 Termine