

„Raus aus dem Hamsterrad“



## **Gemeinsamer Erholungsgang in der Natur und Entspannung mit Autogenem Training**

Starttermin: Freitag, 11. Oktober 2024

6 weitere Termine werden in der Gruppe vereinbart

Zeit: 15.30-16.30 Uhr

Kosten: 126€

**Mitzubringen sind bitte** Hausschuhe und bequeme Kleidung für drinnen sowie gutes Schuhwerk und ausreichend warme Kleidung, für draußen.

Anmeldung bitte unter der Tel. Nr. 0664/73 36 86 37

Auf Ihre Kontaktaufnahme freut sich

Gerlinde Pletz und Familie