

KOSTENFREI

TUN SIE ETWAS FÜR SICH SELBST!

LACH YOGA

mit Trainerin Caroline Peters





LACHYOGA

Entspannung | Energie tanken | Leichtigkeit für den Alltag

Gönnen Sie sich eine Pause vom Alltag und tanken Sie neue Energie mit Lachyoga – einer Mischung aus Lachen und sanften Yoga-Übungen. Wir treffen uns im Freien, lachen gemeinsam und genießen den Moment. Keine Yoga- oder Lacherfahrung erforderlich - alle können teilnehmen!

Pflegende Angehörige haben die Möglichkeit gemeinsam mit ihren Lieben teilzunehmen oder die Betreuung dem **Pause von Zuhause** Gästeteam in der Cafeteria des Heilig-Geist-Haus zu übergeben.

Keine Anmeldung erforderlich - kommen Sie einfach vorbei!

Veranstalter: Curatorium Altern gestalten

Georg Weigl

☎ 0171 - 966 85 30

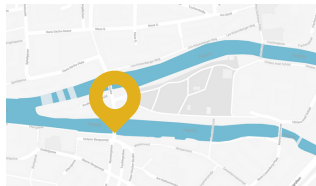
🌐 info@alterngestalten.de



Pause von Zuhause

TREFFPUNKT

Cafetéria im Heilig Geist Haus
Kreuzigungshof
(Spitalgasse 22)
90403 Nürnberg



TERMINE 1. Halbjahr 2024 immer 15 - 16 Uhr

März-Lachen	Do. 21.03.2024
April-Lachen	Di. 16.04.2024
Mai-Lachen	Do. 16.05.2024
Juni-Lachen	Di. 11.06.2024

