



„Lerne Dich kennen
Werde aktiv und dein
Gehirn macht Sprünge“

Praxis-Seminar

Wann: 21.10.2023
Wo: Höpfigheim Bürgersaal
Zeit: 9:00 Uhr – 16:30 Uhr
Kosten: 80,00 €
Teilnehmer: Mindestteilnehmerzahl für die Durchführung des Kurses
Maximale Teilnehmerzahl von 20 Personen

Beginn ca. 9:00 Uhr
9:30 Uhr – 11:00 Uhr
11:00 Uhr – 12:30 Uhr
12:30 Uhr – 13:30 Uhr
13:30 Uhr – 15:00 Uhr
15:00 Uhr – 16:30 Uhr

Herzlich Willkommen
Yoga
Fett ist gesund!?
Mittagessen
Outdoor Fitness
Resilienz und Stress



Anmeldung: Karola Berrer Amselweg 4 71711 Steinheim
phone 07144 283898 karola.berrer@werdeaktivmitkarola.de