

„Wellness á la Kneipp“

Freie Plätze bei der Awo-Familienbildung

GE. Allen, die die Gesundheitselemente nach Pfarrer Kneipp kennen lernen möchten, bietet die Awo am Mittwoch, 15. März, von 18 bis 20 Uhr einen Kurs, in dem die Teilnehmer Einblicke in die Kräuterkunde und Ernährungsideen bekommen sowie Entspannungs- und Bewegungselemente erlernen.

Teilnehmer genießen mit allen Sinnen und spazieren achtsam durch ein Wohlfühl-Programm nach Kneipp, so dass die individuelle Kneipp-Wellness zusammengestellt werden kann. Der Kurs findet im Awo-Zentrum, Grenzstraße 47, statt und kostet 13 Euro. Anmeldung bei Martina Lessmann, Telefon 4094-179.