



BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG IM RHYTHMUS DER STILLE

Ein Angebot für Hörgeschädigte, welches Elemente aus Rückenschule, Yoga, Entspannungstechniken und Nordic-Walking zu einem abwechslungsreichen Kurserlebnis macht. Geleitet in Gebärdensprache, werden wir versuchen durch die Welt von Bewegung und Entspannung zu führen.

Hans Middeldorf, Physiotherapeut
Hildegard Bruns, Heilpädagogin und Gesundheitsberaterin

Die Dozentin verfügt über Gebärdensprachkompetenz.

10 x freitags, **19:00 - 20.30 Uhr**
VHS City-Centrum, Raum 9
Neu: 20.02.- 15.5.09
€ 96,00 (20 UStd.)

Hildegard Bruns
01520/1647081
Hildegard.Bruns@gmx.net

**Entspannungskurse werden in der Regel von den Krankenkassen bis zu 80% erstattet.
(In Sonderfällen bis zu 100%.)**