

Neue Kurse beginnen
nach den
Sommerferien!



Aktivitäten Juni 2014

	Mo	Rückenschule	17.00-18.00	Christus-Kirche, Otto-Garber-Weg 4	S. Berg	04541-879691
	Mo	Yoga 1	16.00-17.15	Heilig-Geist-Zentrum	A. Grünefeld	04542-853637
	Mo	Pilates	17.30-18.30	„	„	„
	Mo	Yoga 2	18.45-20.00	„	„	„
6./13.	Fr	Gymnastik	10.00-11.00	Gemeinschaftshaus Seestraße	A. Schütt	04545-791017

Mi	4.6.	<u>monatl. Treffen:</u> Themen, Tipps und Tee	15.30-17.00	Gemeinschaftshaus, Seestr. 47	04542-9872004
----	------	--	-------------	-------------------------------	---------------

Frau Werner erklärt die Wirkungsweise der Schüßler-Salze und gibt Tipps zu Gesundheit und Ernährung.

Bitte anmelden:

5./12./19./26.	Do	<u>Yoga-Wandern</u> um den Schmalsee	8.00 - 9.15	Treffpunkt Parkplatz Uhlenkolk	A. Grünefeld	04542-853637
----------------	----	---	-------------	--------------------------------	--------------	--------------

Bitte anmelden:

Montag, 23.6. von 18.30 Uhr – 20.30 Uhr :Vortrag im Gemeinschaftshaus Seestr.:
Wie Essen und Trinken vor Krankheiten schützt

Viele pflanzliche Lebensmittel stärken die Abwehrkräfte. Einige Obst- und Gemüsesorten schützen das Herz, andere unterstützen die Hirntätigkeit, die Darmfunktionen oder den Harnstoffwechsel. Jede dritte Krebserkrankung wäre bei richtiger Ernährung vermeidbar. Wie verschiedene Lebensmittel wirken und wie sie zubereitet und gegessen werden können, um die gewünschte Wirkung zu entfalten, erfahren Sie in diesem Vortrag.

Referentin: Frau Renate Frank

Anmeldung unter: 04542-9872004