



Waldbaden Indian Balance Nature®

„Den Körper bewegen, während die Seele ausruht“

Dieser Satz beschreibt das Lebensgefühl und ist das Herz von Indian Balance sowohl in der Aktion wie auch in der Entspannung.

Wir möchten mit Ihnen gemeinsam in den Wald gehen und das „Waldbaden Indian Balance Nature“ erproben. Dabei handelt es sich um ein 3-stündiges Angebot mit Bewegung und entspannten Übungen in der Natur, die dem Körper und der Seele gut tun.

Sowohl der genaue Ort, als auch die Übungen werden an die Teilnehmer*innen angepasst. Aus diesem Grund ist das ganzheitliche Körper-Geist-Seele Programm für alle Altersgruppen und Fitnesslevel geeignet.

Zeit: 14.08.2021, 14:30–17:30 Uhr
Ort: wird noch bekannt gegeben

Bitte melden Sie sich verbindlich bis zum **02.08.2021** unter kiss-sz@paritaetischer.de oder 05341-846713 an.