

„Yoga auf dem Stuhl“ in der Winkelmühle

Diese sanfte Form des Yoga hilft, trotz körperlicher Einschränkungen, schrittweise mehr Beweglichkeit, Muskelkraft und Atemvolumen aufzubauen.

Am Dienstag, 20. Oktober startet ein neuer Kurs mit Abstand und Hygienevorkehrungen!



10 Termine fortlaufend dienstags von 10.00 - 11.30 Uhr im Saal (1. OG mit barrierefreiem Zugang über den Aufzug).



Weitere Informationen und verbindliche Anmeldung über unser Büro unter Telefon 06103/9875 - 25 oder -16

DIE WINKELSMÜHLE

An der Winkelmühle 5, 63303 Dreieich
winkelsmuehle@diakonie-of.de , www.diakonie-of.de

Diakonie 
Diakonisches Werk
Offenbach-
Dreieich-Rodgau