

**Me time...**

*Body & Balance*



Bei „Body & Balance“ bringst du Körper und Geist in Einklang. Jede Stunde bringt dich mit ihrer Einzigartigkeit ins Gleichgewicht. Du entspannst dich, baust gleichzeitig Kraft auf und verbesserst deine Beweglichkeit.

**MONTAG 18.09.23 – 18.12.23 (27.11. + 11.12. entfällt)**

**19.00 bis 20.00 UHR (1.OG)**

Ich freue mich auf dich, Nina Fath

(Anmeldung unter: [www.tg-laudenbach.de](http://www.tg-laudenbach.de) > kostenpflichtige Kurse)