



**Aufatmen im
Pfarrgarten**

Do., 19.09.2024

19.30-21.00 Uhr

**DEN ATEM BEWUSST WAHRNEHMEN
UND EINSETZEN UND DIE POSITIVEN
KRÄFTE IM KÖRPER WECKEN UND STÄR-**

**Katholische Arbeitnehmerbewegung (KAB)
Kreisverband Iller-Donau
Arbeitnehmerzentrum Weißenhorn
Günzburger Str.45, 89264 Weißenhorn**



Aufatmen im Pfarrgarten

Den Tag hinter uns lassen und die angenehme Atmosphäre des Abends erleben. Sehen-riechen-schmecken-fühlen-sehen und die leisen Töne der Natur wahrnehmen.

Verschiedene Atem-Übungen bringen uns in Kontakt mit unserer Kraftquelle.

Wir entschleunigen, stärken das Immunsystem und verwöhnen Körper, Geist und Seele.

Referentin: Rita Reck, Atempädagogin

Leitung: Silke Göltenbodt,
Bildungsreferentin

Anmeldung: KAB-Arbeitnehmerzentrum
Weißenhorn

Tel. 07309/9290-310

buero.weissenhorn @kab-
augzburg.org

Kosten: Mitglieder: 8,00 €

Nichtmitglieder: 10,00 €

Das Angebot wird von der KAB
bezuschusst.

Anmeldefrist: 16.09.2024 (12:00 Uhr)

Es gelten die AGBs des Bildungswerks.



KAB Bildungsarbeit BAYERN