



Kleine Auszeit - große Wirkung Entspannungsabend für Mütter und Väter

Monatlich mittwochs von 19:15 - 21:15 Uhr

15. November
(nächster Termin 13. Dezember)

Entspannte Eltern = entspannte Kinder

- Alltagstaugliche Übungen – jederzeit einsetzbar
- Kreativ und Körperorientiert
- Körperreisen
- Kurzmeditationen
- Atemübungen
- Zeit für Austausch
- Ruhezeit und Auftanken

Wir möchten Euch in gemütlicher offener Runde einladen zu unserem Angebot.
Bringt gern eine eigene Yogamatte und eine Decke mit.

[Wo](#)

Netzwerk Gesunde Kinder
Bahnhofspassage 6
14776 Brandenburg

[Anmeldung und weitere Infos](#)

Netzwerk Gesunde Kinder 03381/ 2182 690
kathrin.kabitz@uk-brandenburg.de

Leitung: Kathrin Kabitz Netzwerk Gesunde Kinder