

ENTSPANNUNG - GANZ EINFACH



Erleben Sie im gemütlichen Miteinander stressfrei, wie Sie eine sinnvolle Auszeit für sich und Ihr Kind gestalten können. Gemeinsam erleben wir Massagen, Fantasiereisen, Atementspannung und einiges mehr. Im Zentrum steht dabei die "Progressive Muskelentspannung". Diese Entspannungstechnik eignet sich für Groß und Klein, ist unkompliziert zu erlernen und kann hilfreich sein bei Stress, Nervosität, Verspannungen und Schlafschwierigkeiten. Gönnen Sie sich selbst und Ihrem Kind einen Wohlfühl-Nachmittag zum Träumen und Entspannen und verbringen Sie eine schöne gemeinsame Zeit.

Für Kinder ab
dem Vorschulalter

Mütze Lorsch



Mütter & Familienzentrum

Wann: 05.11.2023, 14.00 - 17:00 Uhr

Kursraum: gelbes Dreieck

Kosten: 30€ Mitglieder
35€ Nichtmitglieder

Kursleiterin: Katrin Helwig
Sozialpädagogin mit Zusatzausbildung für
Entspannungspädagogik für Kinder.

Mütter- und Familienzentrum Lorsch
In der Dieterswiese 6
64653 Lorsch

Anmeldung unter: Info@muetze-lorsch.de

