

BIST DU ENTSPANNT?

**Wir zeigen Dir, wie's geht – entspannt
und stabil durchs Leben zu gehen!**

Aikido für Jung, Alt, Mann, Frau, Kind.



**Wir trainieren spielerisch und mit
Freude an der Bewegung. Unser
Augenmerk gilt den 4 Prinzipien
SCHUTZ, RAUM, HALTUNG UND RICHTUNG.**

3 Einstiegstermine:

31. Oktober, 7. und 14. November 25.

Jeweils von 17.15 Uhr bis 18.45 Uhr an 8 Abenden.



Infos & Anmeldung hier:



<https://entspannt-und-stabil.de> | 0160 94 85 05 34 | robert@entspannt-und-stabil.de

STEHST DU STABIL?