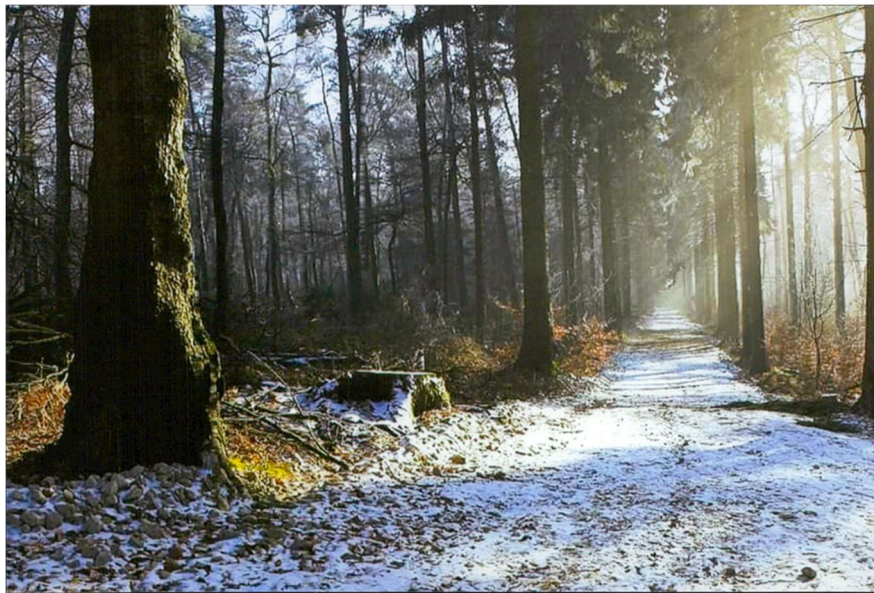


# Sanftes Training zur Vermeidung dauerhafter Fehlbelastung



- Erhalt und Förderung der persönlichen Mobilität
- Übungen aus dem Feldenkrais, Yoga, Tai Chi und Tanz
- allein, mit Partner:in und in der Gruppe
- unter Einbezug der Stimme

mit Almut Bakare

**ab 30. März mittwochs 17:00 bis 18:00 Uhr**

Anmeldungen bitte  
an Hand-in Hand Vorderer Westen,  
Samuel-Beckett-Anlage 12,  
Telefon 28 76 2 76  
[www.handinhand-kassel.de](http://www.handinhand-kassel.de)

