

PROGRAMM GESUNDHEITSFORUM

Riem

September 2020

VORTRÄGE, TREFFPUNKTE UND SEMINARE RUND UM DIE GESUNDHEIT

Termin	Zeit	Thema
Mi Start 16. September	16.15- 17.15 Uhr	<p>Senioren yoga Klassische Yoga-Haltungen werden altersgerecht abgewandelt. Yoga trainiert Streck-Muskulatur und Konzentration, stärkt die Muskulatur, hilft Spannungen loszulassen sowie Balance und Beweglichkeit zu erhalten. Für Teilnehmer mit und ohne Vorkenntnisse. 10 x 60 Min. 120,- Schnupperstunde 5,- Kursleitung: Kirsten Lauterbach Info & Anmeldung: SaniPlus Apotheke Riem, Tel. 089 89 87 810 oder direkt bei der Kursleitung 089 41413373. www.yogamitkirsten.de</p>

Alle Veranstaltungen finden im SaniPlus Gesundheitsforum Riem,
 Erika-Cremer-Str. 8, 81829 München statt.

(Riem Arcaden, Eingang Kulturzentrum, 2. OG Büroetage)

Anmeldung und Information:

SaniPlus Apotheke Riem · Willy-Brandt-Platz 5 · 81829 München

Tel. 089 89 87 81 0 · Fax 089 89 87 81 30 · apo.riem@saniplus.de