



Wann

23.11.2021

16:00 - 17:30

Add To Calendar

[Download ICS](#) [Google Calendar](#) [iCalendar](#) [Office 365](#) [Outlook](#) [Live](#)

Wo

[Seelsorge & Begegnung | Paulushaus](#)

Loreleystraße 7, Köln, 50677

Event Type

- [Bewegung](#)
- [Gruppenangebote](#)
- [Meditatives Tanzen](#)

[Eutonie](#), [meditative Tänze](#), [Wohlspannung](#)

Einfache Übungen helfen, den eigenen Körper achtsam wahrzunehmen. Die Übungen zur „Wohlspannung“ (= Eutonie) werden ergänzt durch leichte, meditative Tänze.

[weiterlesen](#)

Bitte warme Socken und ein großes Handtuch als Unterlage mitbringen!

*Birgit Eisinger*

Anmeldung für das 1. Halbjahr ab Januar

Anmeldung für das 2. Halbjahr ab Juni

---

Foto: © janeb13 · pixabay.com