



KulturStation lädt ein zu...

umsonst!!!
Es sind keine
Vorkenntnisse nötig!

Akrobatik

ein Krafttraining der besonderen Art

Sie haben Freude daran ihren Körper zu trainieren?
Sie haben Spaß daran, ohne Leistungsdruck etwas Neues auszuprobieren?
Dann ist Akrobatik genau das Richtige für Sie!

Ich möchte, dass wir zusammen durch ausgesuchte Einzel-, Partner- und Gruppenübungen Ihre Körperwahrnehmung verbessern. Weiterhin werden Sie lernen, Ihre Kraft wirkungs-, aber rücksichtsvoll einzusetzen.

Im Rahmen des Workshops werden Sie neue Bewegungserfahrungen machen, die Sie auch im Alltag weiterbringen.

Ich freue mich auf unsere Zusammenarbeit.

Holger Ahrens

Es sind keine Vorkenntnisse nötig!



Termin: Sa, 08.12.2012

Uhrzeit: 12.30 - 14.30 Uhr

Ort: Sporthalle im Sozialzentrum

Für: alle interessierten Patienten des Maßregelvollzugs des AMEOS Klinikums

Leitung: Holger Ahrens (Physiotherapeut, Zirkuspädagoge, Akrobatik-Trainer bei Ars Saltandi e.V.)

Anmeldung: Bitte tragen Sie sich bis zum **22.11.2012** auf den Anmeldelisten ein, die auf Ihren Stationen aushängen. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die Kulturkurierin oder den Kulturkurier Ihrer Station.

Die Teilnahme an der Veranstaltung ist umsonst!