



Tag für die Gesundheit

am Samstag, 07. Juni 2025

in den Räumen des
PSV Grün-Weiss Lu.
Saarlandstr. 50, 67061 Ludwigshafen
für Mitglieder und Gäste: 30 €
für Inhaber der RHEINPFALZ-Card 5,-- € Rabatt

Programm im Stundentakt

Stuhlgymnastik

Feldenkrais

Vortrag über Sebastian Kneipp

Yin Yoga

Vortrag über Kräuter

Mittagspause

(Möglichkeit zum Essen in der Gaststätte des PSV Grün-Weiss Lu.)

Qi Gong der vier Jahreszeiten (Sommer)

Vortrag Sturzprophylaxe

Sportspiele

Qi Gong der vier Jahreszeiten (Akupressur)

Selbstverteidigung (auch für Senioren)

Verschiedene Techniken der Meditation

Progressive Muskelentspannung

Yin Shin Jyutzu

Gemeinsam besser bewegen!

Infos unter: Kneipp-Verein RheinPfalz
Tel. 0621 - 55809 18
www.kneippverein-rheinpfalz.de
info@kneippverein-rheinpfalz.de