

Die Rossini-Reise

Eine musik-bewegte Entspannungsübung

Mit klassischer Musik, vor allem mit mitreißenden Ouvertüren von Rossini und anderen "Klassikern" ist die Rossini-Reise eine mentale, psychische und körperliche Aktivierung und Entspannung zugleich. Nach den Übungen fühlt man sich frisch, ermutigt und entspannt. Voraussetzung für die Teilnahme an dieser besonderen Entspannungsreise ist Liebe zur Musik und die Bereitschaft zur Bewegung. Für den Entspannungsteil ist eine Decke mitzubringen.
Quelle: Peter Bergholz, <https://innere-schalter.de>



Termin: Freitag 11.10. und 15.11., jeweils 16:30 – 18:00 Uhr

Ort: Altötting, Kapellplatz 8, Dekanatshaus

Kosten: 5,00 €

Information: Rainer Weißl, Tel, 0151 194 249 86, www.weissls.de

Anmeldung: KEB-RIS 08671 4144, sekretariat@keb-ris.de

Veranstalter: KEB-RIS