

VHS Seybothenreuth

Geschäftsstelle:

Hohe Eiche 23

95517 Seybothenreuth

Claudia Hammon, Tel.: 0 92 75 / 5 61

Entspannung mit Klangschalen

Donnerstag, 21.. März 2019 • 19.30-21.00 Uhr • VHS-Raum Rathaus • 1 Abend • mitzubringen: Isomatte, Kissen, Decke, warme Socken • Gebühr: 12.00 EUR • Leitung: Thomas Schmitt

Ein Genuss für Körper, Geist und Seele. Durch das Spielen der Klangschalen und Gongs entstehen Schwingungen, die in Resonanz mit dem Körper gehen und wie eine Massage auf die einzelnen Zellen wirken. Dadurch wird ein Gleichgewicht im Körper hergestellt und wir können zu einer tiefen Entspannung gelangen.

Seniorenachmittag

Dienstag, 19.03.19 14.30 im VHS-Raum Rathaus

Der Fahrdienst fährt wie gewohnt zu den bekannten Zeiten.