



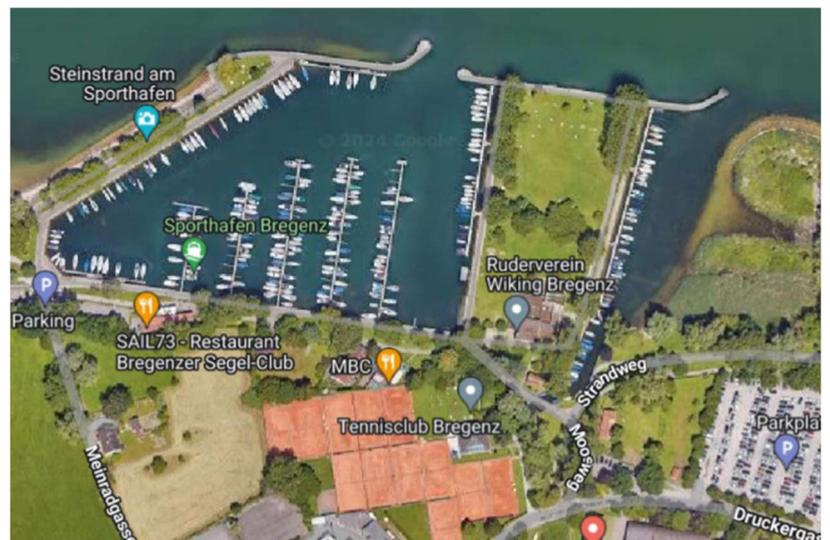
BEWEGTER MORGEN am SEE mit dem Kneipp-Aktiv-Club Bregenz mit Birgit.

In frischer Luft vor der wunderschönen Kulisse unseres Bodensees erwecken wir Muskulatur, Gelenke und unseren Geist.

Wir pumpen Sauerstoff in unsere Organe und Zellen, aktivieren Kreislauf und unser Lymph-System, schulen Gleichgewicht und unsere tieferliegende Stützmuskulatur.

Wach und gut gelaunt, voller Energie starten wir gemeinsam in den Tag mit dem Bewusstsein, für unseren Körper bereits gut gesorgt zu haben – mit einem Wohlgefühl und inneren Lächeln wird er uns dies danken und gestärkt in den Tag tragen.

Termine: Freitag, 12. Juli
Freitag, 19. Juli
Freitag, 26. Juli
Freitag, 2. August
jeweils von 9.00 bis 10 Uhr.



Treffpunkt: Wiese vor dem Ruderverein Wiking

Keine Matte erforderlich, wir üben im Stehen, bequeme Kleidung und gute Schuhe sind von Vorteil.

Beitrag pro Einheit: 4,00 €

INFO: Birgit Bacher, Tel.: 0699 18 366 377

