

## **Tageskurs: "Wie geht`s?" Wie geht das mit dem Gehen?**

Für Heigler und Nicht-Heigler. Es geht um Wissen & Spüren von Kopf bis Fuß.

Wahrnehmen & Lernen, Erfahren & Umsetzen, Theorie & Praxis.

Wir starten mit einer kleinen Heigleinheit um 10:30 Uhr im Garten, dann vertiefen wir Wissen & Wahrnehmung zum Thema Gehen bis 13:00 Uhr.

Nach unserer Pausenstärkung geht's raus auf die Hausrunde mit einem Heigl-Stopp im Wäldchen und einer vertiefenden, konzentrierten, meditativen Gehstrecke im Wald.

Treff: Westerkappeln, Sophie-Scholl-Str. 39

Am Sonntag, den 21.7.2024  
von 10:30 - ca. 13:00 Uhr und von 14:30 - 16:00 Uhr.

Obolus 15 €.

Kontakt:  
Birgit Weiner,  
Tel.: 05404 / 72217

<https://www.physiotherapiewesterkappeln.de/>