



Workshop



„Entspannter Kiefer – entspannter Mensch!“

Spannungen lösen und Stress bewältigen
mit Feldenkrais

Gönnen Sie sich eine AUSzeit!

Genießen Sie wertvolle Übungen als Ausgleich zum Alltag !

am Samstag, den 14. September 2024, 11.00 – 14.00 Uhr
mit Silvia Raabe, Dipl. Sportlehrerin, Feldenkrais-Therapeutin
im VGS-Gesundheitszentrum, Norderneystr. 31 in Manfort
Gebühr: 50 Euro / 40 Euro für VGS-Mitglieder

www.vgs-lev.de

Verein für
Gesundheitssport
und Sporttherapie
Leverkusen e.V.

VGS

*„Nicht Anspannung,
nicht Entspannung,
sondern die
angemessene Spannung
ist das Ziel.“*

Moshe Feldenkrais



Information und Anmeldung:

VGS-Gesundheitszentrum • Norderneystr. 31 • 51377 Leverkusen - Manfort
zentrum@vgs-lev.de • ☎ 0214 9600 2446 • www.vgs-lev.de

