



**Bewege deinen Körper achtsam &
freudvoll, um dich auf allen
Ebenen wohl zu fühlen**



Dienstag 18.30 Uhr
Freitag 10.00 Uhr
Ohana Center
Russikon
body-and-spirit.ch



***Achtsamkeit - Lebensfreude -
Wohlgefühl***