

Rathaus | Trammpplatz 2 | 30159 Hannover

AnsprechpartnerIn | Michaela Steigerwald

TELEFON | 0511 168 44550**FAX** | 0511 168 45351**E-MAIL** | Michaela.Steigerwald@hannover-stadt.deHannover
12.09.2016

Stadtteile West

„Autogenes Training für SeniorInnen“ – Ein neues Angebot in Linden-Nord

Ab Dienstag (27. September) bietet der Kommunale Seniorenservice Hannover (KSH) immer dienstags von 15 bis 16 Uhr in der barrierefreien Begegnungsstätte Pfarrlandstraße, Pfarrlandstraße 3, Autogenes Training an.

Autogenes Training hilft das Körperempfinden zu verbessern und Körper und Seele zu harmonisieren. Die einfachen Übungen werden unter fachkundiger Anleitung durchgeführt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Die Teilnahme ist kostenlos. Bequeme Kleidung und Socken sollten mitgebracht werden. Weitere Informationen sind beim KSH unter der Telefonnummer 168-42670 erhältlich.