

Bewegt durch den Sommer

Das beliebte Bewegungsprogramm am See während den Schulsommerferien ist eine Mischung aus Yoga- und Qi-Gong-Elementen. Sie fördern Ihr Gleichgewicht, und außerdem haben die Übungen positive Auswirkungen auf Körper und Psyche. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Das Angebot ist **kostenlos** dank der Unterstützung der Gesundheitsförderung und Integration des Kantons Nidwalden.

Daten

Donnerstag, 9./16./23. Juli und Dienstag, 28. Juli
Donnerstag, 6. August und Dienstag, 11. August

Achtung!!!

In den Wochen vom 1. und 15. August finden die **Lektionen am Dienstag** statt.

Zeit

09.10 - 10.00 Uhr

Treffpunkt

General Guisan Quai, Stansstad, Treffpunkt beim WC-Häuschen

Durchführung

- Bei trockener Witterung: General Guisan Quai Stansstad
- Bei Regen: Unterstand Primarschule Stansstad

Leitung

Alice Wigger

Keine Anmeldung erforderlich



Partnerin der Pro Senectute Nidwalden

Pro Senectute Nidwalden
Nägeligasse 25
6370 Stans
Telefon 041 610 76 09
Spendenkonto CH34 0077 9000 1282 0110 0
info@nw.prosenectute.ch
www.nw.prosenectute.ch



**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER



Bewegt durch den Sommer
kostenloses Angebot

Nidwalden