

Bewegt durch den Sommer

Während den Schulsommerferien bieten wir ein Bewegungsprogramm am See (General Guisan-Quai, Stansstad) an. Die Mischung aus Yoga und Qi-Gong Elementen fördert das Gleichgewicht und hat 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, 11./18./25. Juli und Dienstag, 30. Juli
Donnerstag, 8. August und Dienstag, 13. August

Achtung!!!

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

Zeit

09.00—10.00 Uhr

Ort

General Guisan Quai, Stansstad, Treffpunkt beim WC-Häuschen

Durchführung

Das Angebot findet nur bei trockener Witterung statt.

Leitung

Alice Wigger

Anmeldung

Keine Anmeldung erforderlich



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



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