



FSB Haard *aktiv* Programm Oktober 2022



Boule Turnier

am 08.Oktober Start: 11.00 Uhr

Spielmodus - 2er Teams

Die Anmeldeliste hängt im Waschhaus
am weißen Brett.

Sanftes Einsteiger Training Yoga mit Schwerpunkt Rücken

Am 9.Oktober gibt einen Workshop
zum Thema Yoga für Einsteiger.
Start 11.00 Uhr - Dauer ca. 75 bis 90 Minuten.
Yoga Matten sind vorhanden,
wer möchte, kann auch gern seine
eigene Matte mitbringen.

Eine Anmeldeliste hängt im Waschhaus.

