



Progressive Muskelentspannung

Nimm dir 30 Minuten Zeit für dich!

**Du fühlst dich ausgelaugt und schlapp?
Dann sei dabei, in der Gymnastikhalle unter K2!**

Ab sofort jeden

Mittwoch, 16:00 – 16:30 Uhr und

Donnerstag, 14:00 – 14:30 Uhr,

**Für Mitglieder des Kurssystems inklusive.
Teilnahme auch mit 10er Karte möglich.**

Infos und Anmeldung in der
LSV Geschäftsstelle, Geb. 113
Tel. 2919, hamslv@lht.dlh.de

