ARDAGGER
MARKT | STIFT | KOLLMITZBERG | STEPHANSMARK

Einladung an Alle im Pfarrverband Ardagger!

TUA EAM GUAT'S

an den Dienstagen

21. April bis 26. Mai 2020

jeweils von 09.30 – 10.30 Uhr

Unter diesem speziellen Titel laden Bruder Stefan mit Alois und Elisabeth Taranetz **6x** zu einer wöchentlichen

Bewegungsstunde

in das Pfarrheim Ardagger Markt.

TUA EAM GUAT'S – gemeint ist: Tu deinem Körper, deinem Geist und deinem Gemüt etwas Gutes. In dieser Stunde bewegen wir uns, wärmen uns auf, halten inne, stabilisieren, dehnen und strecken uns im Sitzen und Stehen und spielen gemeinsam – entsprechend unserer Fähigkeiten.

Regiebeitrag: € 3,-- pro Einheit
Eintreffen: Bitte etwas früher kommen – wir beginnen pünktlich.
Mitzubringen: bequeme Kleidung, rutschfeste Socken od. Turnschuhe mit heller Sohle

Die „Gesunde bewegte Pfarre"
freut sich auf ihre Teilnahme!