

Neue Kursangebote im ZAR

Von *Teresa Pochopien*

28. Juli 2022, 07:31

Gesundheitskurse im ZAR

Wir freuen uns im ZAR nach den Sommerferien zwei Gesundheitskurse in Kooperation mit dem „Team Gesundheit“ anbieten zu können.

Yoga-Kurs Dienstags, ab 10.08.2022 (10 Termine)

11:00-12:00 Uhr, im ZAR auf der Graf-Adolf-Straße 7-9 - hier geht es zum **Flyer** (/export/sites/caritas/ratingen_skf/content/galleries/downloads/20220726_Flyer-Yoga-Kurs_V0.3_AiG_SPC.pdf)

Entspannungskurs Donnerstags, ab 18.08.2022 (12 Termine)

10:00-11:30 Uhr, im ZAR auf der Graf-Adolf-Straße 7-9 - hier geht es zum **Flyer** (/export/sites/caritas/ratingen_skf/content/galleries/downloads/20220818_PMR_V0.2_AiG_SPC.pdf)

Die Teilnahme an beiden Kursen ist kostenfrei.

Anmeldung bitte über das ZAR unter der Telefonnummer 02102-7116 911