



Fit und entspannt in den Frühling....

Senior*innen Digital

- Schulungseinheiten: 02.03. um 15 h und am 13.03. um 16 h
- Werkstatt: 04.03., 17.30 h

Sprachen

- CZ-Stammtisch: 02.03., 20 h
- Englisch B1: Start am 04.03., 18 h
- Start "Italienisch für Anfänger": 06.03., 18.30 h
- Talk in English: 18.03., 18 h

Vorträge & Workshops

- 04.03., 19 h: Erstwähler-Info zur Kommunalwahl
- 05.03., 19 h: Sicherheit & Infos für Biker
- 09.03., 19 h: Liebe ist...wenn man die richtige Vorsorge trifft
- 12.03., 19 h: Der Mensch als Kläranlage
- 19.03., 19 h: Tierkreiszeichen Fische
- 26.03., 19 h: Tierkreiszeichen Widder

Kreatives - Musik - Kino

- MGH goes music: 06. & 20.03., 19 h
- StimmMitEin: 02. & 16. & 30.03., 18 h
- Z'ammg'setzt und g'sunga: 06.03., 14.30 h
- Schnupper-Malkurs für Kinder: 07.03., 14 h
- Kinotreff 50plus mit "Wenn wir alle zusammenziehen": 22.03., 17 h

Entspannt ins Frühjahr

- Yoga-Frühlingserwachen: Start 10.03., 17 h
- Zeit für mich...innere Balance und Gelassenheit: 13.03., 19.30 h
- Körper Lauschen (Arme und Hände): 22.03., 10 h
- Yoga am Morgen: Start 23.03., 9 h
- Heilfasten: 23.-29.03., jew. 20 h
- "Die Brennnessel": 29.03., 10-16 h
- Kursreihe "Der Schlüssel zur Lösung meiner Lebensprobleme": Start 29.03., 17 h

Für Kurse ist eine Anmeldung nötig! Infos dazu sowie zu Kosten etc. finden Sie in den Programmen sowie unter "Termine" auf unserer Website www.mgh-waldmuenchen.de.