



13.04.2011 15/011

## Via Vinea - Monatswanderung

### Via Vinea - Monatswanderung

**Titel:** "Fit und Frei - Entspannt in den Mai"

**Leitung:** Petra Rademaker

**Wann:** Sonntag, 01.05.2011, 14.00 Uhr

**Treffpunkt:** Parkplatz an der Wißberghalle

**Dauer:** ca. 2,5 Std.

**Kosten vor Ort:** 5,00 €

**Anmeldung:** bis 27.04. bei [ortsbuergemeister@sprendlingen.de](mailto:ortsbuergemeister@sprendlingen.de)

**Telefon:** (06701) 416

**Telefax:** (06701) 513

Spazieren - still stehen - der Natur begegnen.

Gehen Sie mit Frau Rademaker auf eine ganzheitliche Wanderung. Entspannungswandern für Körper und Geist mit kreativer Kunstnote "LandArt" zum Abschluss. Die einfachen Übungen helfen den Stress abzubauen, und Sie können den Herausforderungen des Alltags wieder gestärkt entgegen sehen.

*Es lädt ein die Ortsgemeinde Sprendlingen*

*Petra Rademaker, Leitung*

*Karl-Heinz Weller, Ortsbürgermeister*