



MütterZeit - Freiraum für mich

Wünschen Sie sich wieder mehr Freiraum für Wohlbefinden und Kontakt zu sich und zu anderen?

Die fortlaufende Gruppe „Freiraum für mich“ ist ein Weg, der Gespräche, Entspannungsübungen und Tanz miteinander verbindet und förderliche Impulse für mehr Kraft, Stabilisierung und Lebendigkeit setzt.

Die eigenen Ausdrucksmöglichkeiten werden gefördert, ohne dass es ein Richtig oder Falsch gibt.

mittwochs 9.30 - 11.30 Uhr

**Projekt MütterZeit
biff harburg**

**Neue Straße 59, 21073 Hamburg
Kostenbeitrag auf Spendenbasis**

Kontakt Tel.: 040 – 38 65 57 10

**Vorkenntnisse sind nicht notwendig.
Der Einstieg ist jederzeit möglich.**