



Veranstaltungen des BRK Servicebüros im April 2024

Entspannungsseminar – Fantasiereisen (kostenfrei)

Donnerstag, 04.04.2024, 14 Uhr, Veranstaltungsort: BRK Servicebüro,
Zweibrückenstraße 655 (Eingang Mühlenstraße), 84028 Landshut.

Die BRK/OBA Beratungsstelle lädt **kostenfrei** zur Entspannung ein. Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, Body Scan sowie geleitete „Fantasiereisen“ sind abwechselnd Bestandteile der Entspannung. Die Teilnahme ist begrenzt und eine **Anmeldung erforderlich** (Kleingruppe). Entspannung im Liegen sowie im Sitzen ist ebenso möglich!

Leitung: Petra Triebswetter. Anmeldung unter Tel. 0871 96221-17 oder 0871 96221-29 oder per E-Mail: triebswetter@kvlandshut.brk.de

Matten, Decken, Kissen sind vorhanden.

Onko-Cafe-Treff

Donnerstag, 11.04.2024 um 14 Uhr im Cafe Isartürl, Landshut

Treffen von Menschen mit oder nach einer Krebserkrankung zum gemeinsamen Austausch in entspannter Atmosphäre.

Leitung: Petra Triebswetter

Um Anmeldung wird gebeten unter Tel. 0871 96221-17, 0871 96221-29 oder triebswetter@kvlandshut.brk.de

OBA/BRK Walkinggruppe (kostenfrei)

Am Donnerstag, 18.04.2024 um 10 Uhr

Im Vordergrund dieser Bewegungsgruppe steht nicht das Leistungsprinzip, sondern, dass der Spaß an der Bewegung gefördert wird und dass man sich mit anderen austauschen kann.

Leitung: Petra Triebswetter – Anmeldung unter: Tel. 0871 96221-17 oder 0871 96221-29 triebswetter@kvlandshut.brk.de .

Treffpunkt: Eingang Parkhaus Mühleninsel. Wenn möglich, bitte anmelden.

Entspannung mit Klangschalen (kostenfrei)

Montag, 29.04.2024, 15 Uhr, Veranstaltungsort: BRK Servicebüro,

Zweibrückenstraße 655 (Eingang Mühlenstraße), 84028 Landshut. Die BRK/OBA Beratungsstelle lädt **kostenfrei** zur Klangschalen-Entspannung mit Fantasiereisen ein. Die Teilnahme ist begrenzt und eine **Anmeldung erforderlich** (Kleingruppe).
Matten, Decken und Kissen sind vorhanden.

Leitung: Roswitha Leis. Anmeldung unter Tel. 0871 96221-17 oder 0871 96221-29 oder per E-Mail: triebswetter@kvlandshut.brk.de