

NEUSTART GESUNDHEIT

brainwalk – für deinen Weg “Zum-Starken-Ich”



6 x brainwalk

Bewegung trifft Gehirntraining –
Spaziergang in moderatem Tempo mit
Life Kinetik Fun Elementen für mentale
Fitness, Konzentration & Stressreduktion

deine Auszeit

gerne mit älteren Kindern (ab 12 Jahren)
als wertvolle Familienzeit oder
Großeltern/Enkel Erlebnis



wechselnde Wegstrecken in und um Öhringen
(max. Radius 10 km)

Termine Sa: jeweils von 9:30-10:30 Uhr

Sa: 13.06.26

Sa: 20.06.26

Fr: 26.06.26 um 18 Uhr – 19 Uhr

Sa: 04.07.26

Sa: 11.07.26

Sa: 18.07.26



**Zum
Mitnehmen**

inkl. Beutel mit
Material und
3 Übungen



**Kursgebühr:
89 €/Person**

Anmeldung: info@zum-starken-ich.de (Anmeldeschluss **bis 07.06.26**), min. 5, max. 10 Personen
Katharina Hofacker, nähere Infos unter: www.zum-starken-ich.de