

# Entspannungs

## X-MIX

### IN EBERBACH

**01** Hatha-Yoga & Meditation  
DEZ 16:00 - 17:00 Uhr

**01** Pilates & Meditation  
DEZ 17:15 - 18:15 Uhr

**03** Entspannung mit Klangschalen  
DEZ 11:00 - 12:30 Uhr

Lernen Sie verschiedene Entspannungsübungen kennen, die Sie stressfrei in die Weihnachtszeit starten lassen und genießen im Anschluss ein warmes Getränk auf dem Eberbacher Weihnachtsmarkt.

Anmeldung unter [www.vhs-eb-ng.de](http://www.vhs-eb-ng.de)

