



VHS SOEST
Zweigstelle Lippetal
Pressemitteilung



Meldung vom 24.01.2020

VHS Lippetal aktuell Pilates und Qigong

Pilates ist die Trainingsmethode für jedermann/-frau, von alt bis jung, sportbegeistert oder untrainiert. Ein neuer Kurs beginnt am Freitag, 31. Januar um 17.00 Uhr im Albertuskindergarten in Hovestadt, genau das richtige zum Einstieg in das Wochenende.

Ein Qigong-Schnupperkurs über drei Wochen beginnt am Montag, 3. Februar um 19.30 Uhr im Marien-Kindergarten in Lippborg. Über drei Wochen, jeweils montags, kann man diese Entspannungsmethode kennen lernen.

Anmeldungen sind noch möglich, entweder im Internet über die Seite www.vhsssoest.de oder per Post an die VHS Soest, Nöttenstraße 29.

Anregungen, Wünsche und Kritik sind gerne gesehen: bitte per Mail an Zweigstellenleiter Dieter Schomberg dieterschomberg@freenet.de