

# Nia

**getanzte Lebensfreude**  
**eine Wohltat für Körper, Geist und Seele**

**die etwas andere Art des Trainings**

**Bewegung**  
**in dem Maße wie es Deiner individuellen Fähigkeit entspricht**  
**und**  
**barfüßig weil unsere Füße unsere Hände sind, die den Boden berühren.**

Lass auch Du Dich verführen von der Musik und einer Mischung aus  
Choreographie und Freedance,  
aus **Tanz, asiatischen Kampfkünsten und**  
**Heiltechniken.**

Ich freue mich auf neugierige Frauen und Männer, die sich gerne zu  
inspirierender Musik bewegen.



**Monika**, Physiotherapeutin/ Liz. Nia-Teacher

**Es finden 2 Workshops zum Kennenlernen statt:**

**DRK - Sasel - 22395 HH - Redder 2b**

Montags, 12.30-13.45 6x beginnend am 23. September

Dienstags, 10.00-11.15 6x beginnend am 24. September

Unkostenbeitrag: 2,- Euro/ Std.

Anmeldung: 040/6063652