

Sommeraktion Kneipp Element Balance - PILATES Ganzkörpertraining mit PILATES Lehrerin Marion Noelling

Samstag, 21. Juni 2025 | 10:00 Uhr bis 11:30 Uhr

Plateau an der Bismarcksäule | 57319 Bad Berleburg, Bismarckstraße



YOGA an der Bismarcksäule

Auch in diesem Sommer lädt BLB-Gesund wieder zur beliebten Kneipp-Aktion „Element Balance“ ein. Von Juni bis August 2025 können Interessierte jeden Samstagvormittag von 10.00 - 11.30 Uhr auf dem Plateau an der Bismarcksäule an wohltuenden Bewegungseinheiten in der schönen Natur teilnehmen.

Das Angebot umfasst abwechslungsreiche Bewegungseinheiten aus dem Bereich Balance, insbesondere YOGA in unterschiedlichen Stilen und PILATES, und wird von ausgebildeten YOGA und PILATES Lehrerinnen aus dem Stadtgebiet Bad Berleburg geleitet. Die

Kombination aus Bewegung, bewusster Atmung und Natur macht dieses Sommerprogramm zu einem ganzheitlichen Gesundheitserlebnis.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Bei guter Witterung findet die Stunde regelmäßig statt - lediglich bei Regen, Sturm, Hagel oder Gewitter muss die Veranstaltung aus Sicherheitsgründen entfallen.

Die Kursleiterinnen freuen sich auf zahlreiche Teilnehmer*innen, die in der einzigartigen Naturkulisse an der Bismarcksäule neue Kraft und Balance schöpfen möchten.

Weitere Informationen zu der Aktion erteilt:

Marion Nölling, Gesundheitsmanagerin, Stadt Bad Berleburg

Tel. 02751 923 210

E-Mail: m.noelling@bad-berleburg.de

10 €

Veranstalter:

Stadt Bad Berleburg / BLB-Gesund

Poststraße 42

57319 Bad Berleburg

Telefon: 02751 923-210

m.noelling@bad-berleburg.de

<http://www.blb-gesund.de>