

KULTUR *all Tag*

DO-IN

mit **Hermann Grobbauer**

Japanische Gesundheitsübungen

Freitag, 13. Juni 2025 18.00 Uhr

Gasthof Schlüssel, Ueberstorf



Do In ist eine alte Methode aus Japan zur Förderung der Selbstheilungskräfte des Körpers. Einfache leicht umsetzbare Körperübungen, sowie vielseitige Atem- und Selbstmassagetechniken wirken regulierend auf das Körperenergiesystem.

Geben Sie sich und ihrem Körper Zeit und Geduld - wohl das grösste Opfer dieser Zeit der Hektik.

Die ruhigen Teile werden durch Gérard Widmer mit der FUJARA begleitet.

18.00 Uhr Kurs

19.30 Uhr Menu

Tischreservation inkl. Angabe Fleisch oder Vegi erforderlich

per E-Mail an kontakt@gasthofzumschluessel.ch

Eintritt frei / Kollekte

Wir danken für die Unterstützung:

Freiburger Kantonalbank, Gemeinde Ueberstorf,

Die Mobiliar Generalagentur Düdingen,

Schloss Ueberstorf, Shenmed, Willi Schmutz AG,

Le Cric, SCHNEIDER Gesundheit