

Der LandFrauenverein Welzheim lädt zum Seminar ein



Gäste sind
willkommen!*

Gönn' Dir! – Ein Tag für mich! Ein Wohlfühl-Seminar für Frauen

Samstag, 13. Juni 2026

Bürgerhaus Breitenfürst in Welzheim

Referentin: Aylin Bergemann

Bildungs- und Sozialwerk des
LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e.V.

Im Auftrag des Bildungs- und Sozialwerks des
LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e.V.

* Gäste sind willkommen! Sie müssen kein Mitglied im Verein sein.
Bei uns ist Jede/r willkommen!

Seminar

Gönn' Dir! – Ein Tag für mich! Ein Wohlfühl-Seminar für Frauen

Zeit für dich – mit Bewegung, Achtsamkeit und neuen Impulsen. In diesem halbtägigen Seminar dreht sich alles um Selbstfürsorge, körperliche Aktivität und mentale Stärke. Freuen Sie sich auf:

- kleine Bewegungseinheiten (Herz-Kreislauf, Kräftigung, Entspannung)
- Impulse & Übungen zur Selbstreflexion
- Tipps für mehr Gelassenheit im Alltag

Für alle Frauen, die sich selbst mal wieder etwas Gutes tun möchten.

Uhrzeit	9.30 – 14.00 Uhr
Ort	Bürgerhaus Breitenfürst Stuttgarter Str. 99 73642 Welzheim
Seminar-Gebühr	Mitglieder: 10 € Nicht-Mitglieder: 20 €
Anmeldung bei	Elisabeth Jacobi E-Mail: landfrauen.welzheim@gmail.com Telefon: 07182 3866 Homepage: www.landfrauen-welzheim.de

Bitte mitbringen:
Handtuch, Getränk und bequeme Kleidung.
Sportmatten sind im Bürgerhaus vorhanden.

* Gäste sind willkommen! Sie müssen kein Mitglied im Verein sein.
Bei uns ist Jede/r willkommen!