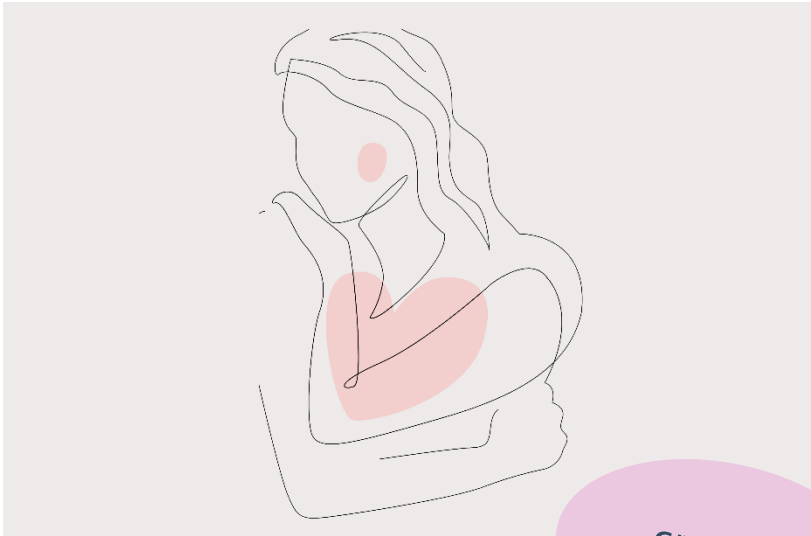


Der LandFrauenverein Enslingen lädt zum Seminar ein



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

*Gäste sind
willkommen!**

Samstag, 25. April 2026

Bürgerhaus Enslingen, 74547 Untermünkheim

Referentin: Aylin Bergemann

Bildungs- und Sozialwerk des

LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e.V.

Im Auftrag des Bildungs- und Sozialwerks des

LandFrauenverbandes Württemberg-Baden e.V.

* 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 – 14.30 Uhr
Ort	Bürgerhaus Enslingen Schulgasse 4 74547 Untermünkheim
Seminar-Gebühr	Mitglieder: 10 € Nicht-Mitglieder: 20 €
Anmeldung bis 15.04.2026 bei	Birgit Lang, E-Mail: info@landfrauen-enslingen.de Telefon: 079 06 / 80 08

**Bitte mitbringen:
Sportmatte und bequeme Bekleidung.
Für Getränke und Vesper ist gesorgt.**

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