

# SENIOREN INFO

FACHBEREICH SENIOREN

## „Atem und Bewegung“

**Neues Gruppenangebot des Kommunalen Seniorenservice Hannover!**



In Anlehnung an den „erfahrbaren Atem nach Prof. Ilse Middendorf“, den eigenen Atem entdecken und seinen ursprünglichen, natürlichen Rhythmus kennenlernen und in Bewegung kommen.

**Leitung:** Frau Pfeiffer

**Ort:** Senioren- und Pflegestützpunkt Ricklingen,  
Ricklinger Stadtweg 46

**Zeit: mittwochs** von 10:00 – 11:00 Uhr  
Start am 13.03.24!

Informationen und Anmeldung beim  
Kommunalen Seniorenservice Hannover  
Frau Moldenhauer, Tel. 168 -43687  
E-Mail: [57.22.9@hannover-stadt.de](mailto:57.22.9@hannover-stadt.de)