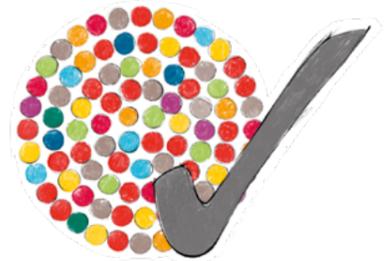




Unsere Stimme für Inklusion!



www.aktion-mensch.de/5mai

„Inklusion macht fit!“

Die BSK-Repräsentanz Berlin veranstaltet ein sportliches Event über die Online-Plattform Zoom. Es gibt drei Bewegungsangebote á 45 Minuten ob im Stehen oder Sitzen, also egal welche Einschränkung man hat, am:

06. Mai in der Zeit von **11 Uhr bis 14 Uhr:**

11-11:45 Zumba®: Stärkung der Koordination, des Wohlbefindens, der Selbstwahrnehmung und Spaß an der Bewegung

12-12:45 Rückenschule: Stärkung der Haltung und der Selbstwahrnehmung

13-13:45 Qigong: Stärkung der inneren Ruhe, der Ausgeglichenheit, des eigenen Empowerments und Förderung des Gleichklangs der Energieflüsse

Die Teilnahme ist kostenlos. Alle Kurse sind barrierefrei mit Gebärdensprache und Untertitelung.

Bitte melden sie sich hier an:
Scannen sie diesen Code:



In Kooperation mit den Verbänden
der Behindertenhilfe und -selbsthilfe

DAS WIR GEWINNT

**AKTION
MENSCH**