

Programm Spendenanlass OhO
Samstag 11. November 2017



Bei Andrea:

08.00 – 09.00 **Antara Classic**

09.15 – 10.15 **Antara Sensomotorik**

10.30 – 11.30 **Antara Achtsamkeit und Stretch**

Bei Patrizia:

13.00 – 14.00 **Antara Classic**

14.15 – 15.15 **Antara Sensomotorik**

15.30 – 16.30 **Antara Achtsamkeit und Stretch**

Wir organisieren einen Spendenanlass zu Gunsten von Ostschweizer helfen Ostschweizern (Infos unter www.tagblatt.ch/oho).

Die teilnehmende Person bezahlt einen selbst gewählten Betrag für die besuchte Lektion. Nach dem Anlass wird der gesamte gespendete Betrag im Namen von allen Teilnehmenden und den Kursleiterinnen überwiesen.

Die Platzzahl ist auf 6 TeilnehmerInnen pro Lektion beschränkt.

Alle Antara TeilnehmerInnen und interessierten Personen, die gerne einmal Antara- Luft schnuppern möchten, sind herzlich willkommen.

Bitte meldet euch bis spätestens 4. November unter der Nummer 076 473 99 17 oder per Mail p.raeber-ditaranto@bluewin.ch an.



Wir freuen uns auf euch!

Andrea und Patrizia