

### **Gehirn-Körper-Training**

Wir bringen Kopf und Körper zusammen. Mit koordinativen Übungen und Spaß schaffen wir neue Synapsen im Gehirn. Lernen durch Bewegung! Mit Sibylle Arpogaus, **302A802, Fr., 3x ab 01.03., 16.15 – 17.15 Uhr, 22,- €**

### **Vinyasa Yoga Flow**

Wir fließen im Atemrhythmus kraftvoll durch stehende und sitzende Asanas. Fitness und Flexibilität werden gestärkt, eine körperlich anspruchsvolle Meditation. Mit Christine Fernengel, **304A536, Mi, 6x ab 06.03., 19.50 – 21.05 Uhr, 56,- €**

### **Ciclovía Alpe Adria**

Die schönen Fotos und Anekdoten vermitteln ein lebendiges Bild der bekannten Radroute. Mit Karin Ingelfinger, **104A223, Do, 07.3., 19.00 – 21 Uhr, 8,- €**

#### **Anmeldung & Information:**

Karin Ingelfinger Tel.: 07131 9965879  
[www.vhs-heilbronn.de](http://www.vhs-heilbronn.de) · [erlenbach@vhs-heilbronn.de](mailto:erlenbach@vhs-heilbronn.de)