

BEWEGTE PAUSE @ TZK



BILDQUELLE: [HTTPS://UNSPLASH.COM/COLLECTIONS/8739789/BEWEGUNG](https://unsplash.com/collections/8739789/BEWEGUNG)

Wann: mittwochs, ab 09.09.2020

10:30Uhr/12:00Uhr

Dauer: 20 Min.

Ort: Technologiezentrum Koblenz
(vorn Haupteingang o. Pausenraum)

Entspannen und neue Energie für den Arbeitsalltag **sammeln** stehen im Mittelpunkt der 20-minütigen Einheit.

Die **Teilnahme ist kostenlos** und unverbindlich.

Aufgrund der Corona-Verordnung ist die Teilnehmerzahl limitiert und eine **Anmeldung bis 24 Stunden vorher erforderlich.**

Alle Übungen können in Alltagskleidung durchgeführt werden.

Infos & Anmeldung:

Carolin Glagau-Heinemann

Bewegungsmanagerin Mayen-Koblenz
Initiative "Rheinland-Pfalz Land in Bewegung"

M: 0163-7117487

@: c.glagau-heinemann@lsb-rlp.de



Rheinland-Pfalz
DIE LANDESREGIERUNG

