



Kommunität
Diakonissenhaus
Riehen

Auf dem Trampolin bewegt - Im Herzen berührt

Drei Tage in Bewegung mit Körper, Seele und Geist



GEISTLICH-DIAKONISCHES ZENTRUM

30. April bis 2. Mai 2025

Inhalt

Lass dich ganzheitlich in Bewegung bringen!
Schwingen statt Springen—PTM SwingWalking® orientiert sich am älter werdenden Körper und hilft den damit verbundenen Einschränkungen und Beschwerden entgegen zu wirken. Es ist für alle Altersgruppen geeignet.
Als Menschen sind wir geschaffen als Einheit von Körper, Seele und Geist. Deshalb sind die Einheiten des Tages eingerahmt in Gebetszeiten und Inputs, die neben dem Körper auch Geist und Seele berühren.

Daten 2025

30. April bis 2. Mai

Beginn: 15 Uhr / Ende: 15 Uhr

Leitung

Ursula Häberling, Sportlehrerin (www.swingwalking.com)
Margrit Kuratli

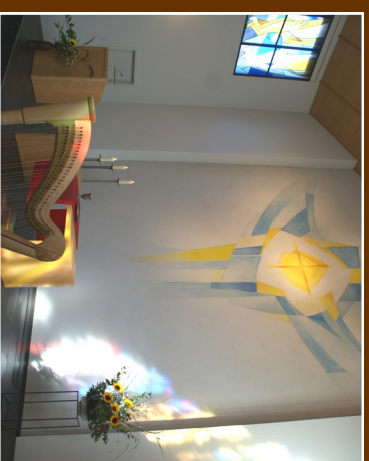
Kosten

CHF 250 Kursgebühr / CHF 250 Pensionskosten

Voraussetzung: Gehfähigkeit (auch Treppensteigen) ohne Hilfsmittel

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Baumwollsocken, Frottiertuch, Trinkflasche, Schreibzeug

Falls verordnet: Orthop. Einlagen (entsprechende Schuhe), Stützstrümpfe,



Auskunft und Anmeldung

Kommunität Diakonissenhaus Riehen
Geistlich-diakonisches Zentrum
Schützengasse 51, 4125 Riehen

Tel.: 061 645 45 45

Mail: gaeste@diakonissen-riehen.ch
www.diakonissen-riehen.ch