

Tag der offenen Tür

am Sonntag, den 5. Mai 2019
 von 11.00 – 17.00 Uhr

10 Jahre Seminarhaus Zürnshof & Erweiterung unseres Gästehauses

Es stellen sich vor mit Mitmach-Angeboten (ca. 25 Min.):

11.30 - 12.00	Pilates zum Kennenlernen	Elke Kuhlmann	Pilates-Trainerin
12.00 - 12.30	PC-Tipps zum Smartphone	Karin Munke	Computerschulung
12.00 - 12.30	Power für die Birne	Petra Michaelis	Gehirntrainerin
12.30 - 13.00	Qigong zum Kennenlernen	Birgit Vollmann	Qigong-Trainerin
13.00 - 13.30	Gemeinsames Klangkonzert	Gisela Feist	Klangschalen
13.00 - 13.30	PC-Word-Tipps	Karin Munke	Computerschulung
13.30 - 14.00	Progressive Muskelentspannung	Tanja Kirchhoff	Entspannungspädagogin
14.00 - 14.30	Klangspiele mit Kindern	Gisela Feist	Klangschalen
14.00 - 14.30	PC-Excel-Tipps	Karin Munke	Computerschulung
14.30 - 15.00	Qigong zum Kennenlernen	Birgit Vollmann	Qigong-Trainerin
15.00 - 15.30	PC-Tipps zum Smartphone	Karin Munke	Computerschulung
15.30 - 16.00	Progressive Muskelentspannung	Tanja Kirchhoff	Entspannungspädagogin
16.00 - 16.30	PC-Word-Tipps	Karin Munke	Computerschulung
16.00 - 16.30	Klangmeditation	Gisela Feist	Klangschalen
16.00 - 16.30	Power für die Birne	Petra Michaelis	Gehirntrainerin

Außerdem sind an diesem Tag auf dem Zürnshof:

Beate Wellna (Tai Chi-Therapeutin) Wirbelsäulenmobilisierung - nach Absprache
 Jens Benthien (Fotograf) Portraits, Bewerbungs-&Teamfotos, Produktfotos, Workshops.
 Kurz-Infos um 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00

Für das leibliche Wohl sorgen:

Jens Cordes (Demeter-Weiderinder Stuckenborstel) Rindsbratwürste vom Grill
 Heiko Tobias-Arenth (Koch und Grillmeister) Pastrami-Sandwiches & Coleslaw
 Frischer Butterkuchen aus unserem Holzbackofen

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Marianne Jahn-Bärhold und Hans-Uwe Franke