

SOMMER EVENT MOVE & RELAX

Wohltuenden Bewegungssequenzen und Entspannungseinheiten für Körper, Geist und Seele in den kraftvollen Glarner Alpen.

Sonntag,
06. September
bis
Montag,
07. September
2026

BEWEGEN UND ENTSPANNEN

BEWEGEN UND ENTSPANNEN auf der Glärnischhütte. Erlebe ganzheitliche Bewegungssequenzen aus dem Yoga, Pilates, Qi Gong und der Spiraldynamik mit Schwerpunkt auf unserem faszialen Netzwerk, zur Tonusregulierung, Harmonisierung und Entspannung. Finde Deine innere Balance in der wundervollen Bergwelt und lasse Dich von wohltuenden Klangschalen-Klängen berühren. Zwei Tage für Dich - zum einfach SEIN.

Teilnehmer*Innenzahl beschränkt.

Infos / Anmeldung unter:
www.fit-ingelassenheit.ch



 fit-ingelassenheit
Bewegung | Entspannung
priska@fit-ingelassenheit.ch
T.+41 79 851 21 26