

1. HALBJAHR 2025

# EHRENAMTLICH ENGAGIERT

BILDUNGSANGEBOT  
FÜR DIE REGION  
ESSLINGEN/STUTTGART

## EINFÜHRUNG KINÄSTHETIK

Was ist Kinästhetik? Das zentrale Thema von Kinästhetik ist die Auseinandersetzung mit der eigenen Bewegung bei alltäglichen Aktivitäten. Die Qualität unserer meist unbewussten Bewegungsmuster hat einen erheblichen Einfluss auf unsere Gesundheitsentwicklung und Lebensgestaltung. Wie Sie achtsam damit umgehen können, erleben Sie an diesem Nachmittag ganz praktisch.

Besonderheit: Bitte tragen Sie bequeme Kleidung.

**DIENSTAG, 29. APRIL 2025, 13.30 – 16 Uhr**

Dozentin: Angelika Hinz,  
Kinästhetik Trainerin, Krankenschwester

Dr.-Vöhringer-Heim  
Schlossweg 11  
72622 Nürtingen

### JETZT KOSTENLOS ANMELDEN:

bei Ihrer Ehrenamts-/Quartierskoordinatorin

bei Ihrer Hausleitung vor Ort

per E-Mail an [engagement@samariterstiftung.de](mailto:engagement@samariterstiftung.de)

telefonisch unter 07022 505-273 | **WIR FREUEN UNS AUF SIE!**



STIFTUNG  
ZEIT FÜR MENSCHEN

**SAMARITER**   
STIFTUNG