

Herzlich  
Willkommen!!



zum LIMA-Kurs 2022

ab: Donnerstag, den 17. März

um: 9.00h – 11.00h

im: kleinen Kursaal, St. Radegund

LimA setzt sich aus 4 Bausteinen zusammen:

**Gedächtnistraining:** mit Spaß geistig fit bleiben

**Bewegung:** beweglich bleiben und sich entspannen

**Alltagskompetenzen:** sich kompetent den Veränderungen des Lebens stellen

**Lebenssinn:** Sinnfragen, Kraftquellen und Lebensfreude finden

Aufgrund der Corona Epidemie werden folgende Kurs Termine vorgeschlagen:

**Kurs1**            Donnerstag, 17. März 2022    9.00 – 11.00h = *gratis Schnuppereinheit!*  
Donnerstag, 24. März 2022    9.00 – 11.00h  
Donnerstag, 31. März 2022    9.00 – 11.00h  
Donnerstag, 7. April 2022    9.00 – 11.00h

*Osterferien*

Donnerstag, 21. April 2022    9.00 – 11.00h

Kosten 30.-€

*Johanna's Urlaub*

**Kurs 2**            Donnerstag, 19. Mai 2022    9.00 – 11.00h = *gratis Schnuppereinheit!*  
*Christi Himmelfahrt*

Donnerstag, 2. Juni 2022    9.00 – 11.00h

Donnerstag, 9. Juni 2022    9.00 – 11.00h

*Fronleichnam*

Donnerstag, 23. Juni 2022    9.00 – 11.00h

Donnerstag, 30. Juni 2022    9.00 – 11.00h

Kosten 30.-

Wir freuen uns auf unsere gemeinsame Zeit!

Johanna Schnabl, LIMA-Trainerin  
Tel: 0650 42 23 506