

Mit dem Gesunden Mittwoch „Stark ins neue Jahr“!

#GESUNDERMITTWOCH

LIVE

Wann?

am 26.01.22 um 13:30 Uhr
am 02.02.22 um 13:30 Uhr
am 09.02.22 um 13:30 Uhr
am 16.02.22 um 13:30 Uhr

Welches Thema?

Atmung
Dehnung
Gute Gedanken
Stressball

Wie?

Wir treffen uns über **Zoom**.
Du brauchst einen Computer oder ein Smartphone.
Wir schicken dir zwei Tage vorher einen **Link** und eine **Anleitung** dazu.



Foto 1 SOI

Hast du Lust dabei zu sein?

Dann melde dich an!
Schreibe uns an diese E-Mail Adresse:
gesunder-Mittwoch@specialolympics.de



Foto 2 Pixabay

Hinweis

Wir wollen die Veranstaltung aufzeichnen.
Wenn du dich anmeldest, bist du damit einverstanden.
Wenn du nicht gesehen werden möchtest, kannst du trotzdem mitmachen.
Schalte einfach die Kamera aus.

Eure Teams der Landesverbände

SO Baden-Württemberg	SO Sachsen
SO Bayern	SO Sachsen-Anhalt
SO Berlin	SO Schleswig-Holstein
SO Hessen	und SO Deutschland

Stark und fit am „Gesunden Mittwoch“



Gesunde Athleten bei Special Olympics