



Alternativen zu Boxsack & Yogamatte

*Auf unterschiedlichste Weise aktiv sein
ohne Kursgebühren, ohne Mitgliedschaft -
einfach spontan raus und Dampf ablassen.*

8

Den Tag Revue passieren lassen

*Hier geht's gesellig zu. Freunde treffen
in Lokalen oder an schönen Orten, für
jedes Wetter ist etwas Passendes dabei.*

70

Kunst- und Kulturhäppchen

*Nach 17 Uhr warten hier Inspirationen auf
Augen, Ohren, Hände, Körper und Geist.
Bewundern, zuschauen, selbst probieren.*

132

Mikroabenteuer für alle Tage

*Einfach mal abhauen für einen Abend. In die
Nachbarstadt, die Natur ... Kleine Fluchten in
die Nähe, bis Mitternacht ist man zurück.*

194