



Region Toggenburg

Balance - Abende 2018

- Ort:** „gsund&fit“
Gesundheitspraxis Monika Held
Gähwiesstr. 4
9652 Neu St. Johann
- Zeit:** jeweils **1. Mittwoch** im Monat
19.00 bis 21.00 Uhr
nach Voranmeldung
- Mitnehmen:** kleine Wasserflasche
Unkostenbeitrag: Fr. 20.-
Touch for Health - Vereinsmitglieder gratis
- Daten:** 07. März
04. April
02. Mai
08. August
05. September
03. Oktober
07. November
- Regionalleiterin / Auskunft:** Monika Held
071 993 31 68 / 076 498 13 83
gsund@gmx.ch / www.gsund-bliba.ch

Der Übungsabend bietet Gelegenheit, bereits Gelerntes zu wiederholen und zu festigen. Als Unterlagen dienen die Bücher von J.F. und Matthew Thie: das Methaphernbuch: "**TOUCH FOR HEALTH in Aktion, Grundtechniken und neue Dimensionen**" und "**Touch for Health, das umfassende Standardwerk für die Praxis**" und die **Manuale TfH I-IV** sowie **Brain Gym I + II** nach Paul Dennison und sein neues Buch "**Brain Gym, mein Weg, lernen mit Lust und Leichtigkeit**".