

# **Bräuchte Ideen für einen Kurs "Gesundheit und Entspannung"**

**Beitrag von „Trantor“ vom 15. April 2016 07:53**

[Zitat von zreamo](#)

Jeder bringt eine Gymnastikmatte mit

Wir haben sogar einen Yogaraum, wo Matten und ähnliches vorhanden sind.