

# Terminänderungen Freizeitgruppen betrifft: Fußball-, Theater- und Yogagruppe

## Ab 10.09.2018 startet die Fußballgruppe nach der Sommerpause mit neuen Beginnzeiten:

Jede/r Fußballbegeisterte ist willkommen!

Leitung: Karl Frank (+43 676 676 14 52)

**Zeit: wöchentlich am Dienstag von 17.00 - 19.00 Uhr**

Ort: Birkenwiese, 1030 Wien

Treffpunkt: U3 Station Erdberg um 16:30 Uhr beim Bankomat/Stationswart

## Ab 11.09.2018 startet die Theatergruppe nach der Sommerpause mit neuen Beginnzeiten:

Haben Sie Freude am Theaterspielen? Möchten sie ausprobieren, in eine neue Rolle zu schlüpfen, in kurze Stegreifsequenzen einzusteigen, auch einmal ein kurzes Stück zu spielen? Wie im Theater treffen wir uns, sprechen über eine Rolle und spielen dann damit. Auch die Rolle des Zuschauers ist im Theater eine ganz wichtige. Jeder kann frei entscheiden, es ist auch möglich, einfach nur zu beobachten und neue Eindrücke zu bekommen.

Leitung: Dr. Gregor Schindelars (Psychotherapeut)

**Zeit: wöchentlich am Dienstag von 13:00 – 15:00 Uhr**

Ort: Haus von pro mente Wien, Grüngasse 1A, 1040 Wien, 1. Stock, Raum 1.5

Anmeldung: Katharina Musalek, +43 1 513 15 30 - 212

Erstgespräch: Dr. Gregor Schindelars

## Ab 12.09.2018 startet die Yogagruppe nach der Sommerpause mit neuen Beginnzeiten:

In dieser Gruppe werden Yoga-Körperübungen gemacht, die die körperliche Gesundheit fördern. Die Beweglichkeit und Dehnfähigkeit des Körpers werden trainiert – das aktiviert Energie und Kraft. Über die Kraft des Atmens und durch die vitalen Übungen wird ein entspannter und ausgeglichener körperlicher Zustand erreicht. Leichte angenehme Kleidung und Flüssigkeit zum Trinken wird empfohlen.

Leitung: Dr. Gregor Schindelars (Psychotherapeut)

**Zeit: wöchentlich am Mittwoch von 16:00 – 18:00 Uhr**

Ort: Haus von pro mente Wien, Grüngasse 1A, 1040 Wien, 1. Stock, Raum 1.5