



Seniorze!

Weź głęboki oddech

Ćwiczenia przepony - najgłębsze formy wydechu
Warsztat relaksacyjno-oddechowy
Śmiech i oddech

Prowadzenie: Lidia Białecka

Poniedziałek, godz. 11.30

8 i 22 stycznia

Teatr Ziemi Rybnickiej
Galeria Oblicza
Plac Teatralny im. K. Kutza 1

Szczegóły i zapisy: ☎ 32 43 92 200

wstęp wolny