

KAHA

mit Astrid



Wann?

**ab Mo., 13. April 2026
von 18.30 bis 19.15 Uhr**
(Einstieg jederzeit möglich)

Wo?

**MGH - Ober-Ofleiden
Welckerstraße 1**
(bei schönem Wetter im
Schlossgarten)

*KAHA ist inspiriert vom Taiji,
Kung Fu, dem Haka und dem
klassischen Yoga.*

*Mit fließenden Bewegungen und
der harmonisch darauf abge-
stimmte Musik aus Neuseeland
und Hawaii, Anspannungen und
Verspannungen lösen, zur Ruhe
zu kommen und dem Alltag zu
entfliehen.*

**10er-Kurs – für Mitglieder frei!
Nicht-Mitglieder 40€**



Weitere Infos unter 0176-78927357