

DAMPF ABLASSEN

Alternativen zu Boxsack & Yogamatte

*Auf unterschiedlichste Weise aktiv sein ohne
Kursgebühren, Mitgliedschaft – einfach
spontan raus und kurz mal auslüften.*

8

PLAUDERN UND GENIEßEN

Den Tag Revue passieren lassen

*Hier geht's gesellig zu. Freunde treffen
in Lokalen oder an schönen Orten, für
jedes Wetter ist etwas Passendes dabei.*

70

HORIZONT ERWEITERN

Kunst- und Kulturhappchen

*Nach 17 Uhr warten hier Inspirationen auf
Augen, Ohren, Hände, Körper und Geist.
Bewundern, zuschauen, selbst probieren.*

132

ABENTEUER IN SICHT

Mikroabenteuer für alle Tage

*Einfach mal ausbrechen für einen Abend. In
die Nachbarstadt, die Natur. Kleine Fluchten
in die Nähe, bis Mitternacht ist man zurück.*

194