

Danskurser, Qi Gong, föredrag och sång, start 20/1

Hej!

God fortsättning på det nya året! Gå gärna in och gilla [Livskraft Nord på Facebook](#). Där kan du se foxtrot och några buggturer från senaste dansfesten i december.

Vårens aktiviteter kommer igång med prova på [Delfinkraftens Qi Gong tisdag 20/1](#), föredrag om [TRE 22/1 kl. 18.30](#), trauma releasing exercises, för att slappna av. [Danskurserna](#) börjar med busig bugg, bugg 1 och bugg 3 den 27/1 resp. 29/1. Du är också välkommen att lyssna när Ellinor sjunger sina egna och andras låtar om att hitta kraft fredag 23/1 kl 13 på Kärnhuset, Dunkersgatan 1. [Här har du vårens kurs- och föredragsprogram.](#)

Jag leder mina kurser genom [Studieförbundet Vuxenskolan](#) i Umeå. Anmäl dig till kurser i dans och Qi Gong där eller via länkar från kurser, sång och föredrag på [Livskraft Nord](#).

Varma hälsningar
Ellinor

Om du inte vill få fler utskick från Livskraft Nord, hör av dig så tar jag bort dig från listan.