

# Poesigympa

Välkommen till en avkopplande stund där vi kombinerar mjuka, meditativa rörelser med uppläst poesi. Vi gympar sittande tillsammans i ca 20 minuter och fortsätter sedan med ett stående pass på ca 15 minuter.

Efteråt bjuder biblioteket på dryck och tilltugg.

Begränsat antal platser. Föranmälan senast 4 februari respektive 1 april till [ljungbyholm.bibl@kalmar.se](mailto:ljungbyholm.bibl@kalmar.se) eller på telefonnummer 010-352 20 07.



Torsdagar klockan 11.00 och 11.30  
6 februari och 3 april  
Biblioteket i Hagby

