



„Ein jeder Klang aus voller Seele ist eine wirkungsvolle Tat.“

Lorenz Kellner  
(1811 - 1892)

# „Sing Dich frei!“

Einladung - Auszeit vom Alltag mit Kinderbetreuung!

Wann? 24.09.2025 um 13:45 - 15:15

Wo? Lindenhofschule in der Bibliothek

Was? 13:45 Ankommen  
14:00 Begrüßung / Vorstellungsrunde  
14:15 Atem- Entspannung Körperlockerungsübungen  
Singen einfacher Lieder  
15:00 Abschlußrunde  
15:15 END

Lockere bequeme Kleidung/ Wasser o.ä. zum trinken  
keine musikalischen Vorkenntnisse erforderlich  
Kosten: Spenden nach eigenem Ermessen

Warum? Wir brauchen Auszeiten für uns, dies ist ein Angebot für Eltern von außergewöhnlichen Kindern :)

Anmeldung 22.09. erbeten Heike Seemann ☎ 0173/8700358✉

[Seemann.heike@gmail.com](mailto:Seemann.heike@gmail.com)

<https://www.seemann-heike.com>