



# LINA HUMMEL

STARK IN BEWEGUNG

WERDE..



## Entspannt.

Sei der DJ in deinem Kopf. Stelle die richtigen Stimmen laut und leise und bleibe ruhig und entspannt.



## Stark.

Bleibe bei dir. Sei mitfühlend. Kenne deine Grenzen und die der anderen. Sei stark und beweglich.




## Selbstbestimmt.

Du entscheidest wer du bist. Was dir wichtig ist. Wie du mit anderen umgehst. Was du an dich heranlässt.

### KONTAKT

 Radolfzell

 0176/31132426

 [linahummel.bewegt@gmail.com](mailto:linahummel.bewegt@gmail.com)

